شہد زندگی ہے
شہد
حکیم ولی الرحمٰن

جاری کردہ:

شاہ فارمز

۴-۶- دلکشا چیمبرز

بالمقابل گوڈین کینما۔ مارسٹن روڈ، کراچی ۳

ابتدائیہ

کچھ اس کتاب کے بارے میں

ایک بار عذرا اصغر کے لئے منعقدہ ایک خصوصی تقریب میں منتظمین کے بے حد اصرار پر جب میں سٹیج پر آیا تو صرف اتنا کہا۔ "دوستی شہد کی طرح ہوتی ہے۔ جیسے شہد کے بارے میں یہ نہیں کہا جا سکتا کہ وہ کیسا اور کتنا میٹھا ہے، اسی طرح دوستی کی لذت کی بھی کوئی انتہا اور اتھاہ نہیں۔ عذرا اصغر میری دوست ہیں۔ مجھے اس پر فخر ہے۔ اب ایک اور دوست حکیم ولی الرحمٰن ناصر نے شہد کا معاملہ پیش کیا اور فرمائش کی ہے کہ میں کچھ اظہارِ خیال کروں۔ سچ ہے، میں اب بھی یہ نہیں بتا سکتا کہ شہد کیسا اور کتنا میٹھا ہوتا ہے۔ یہ مسئلہ شاید حکیم صاحب نے اس کتاب میں حل کر دیا ہو مگر میں تو اتنا جانتا ہوں کہ شہد کے بارے میں حکیم زماں رسول مقبول حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جو کچھ کہہ دیا ہے وہ حرفِ آخر ہے۔

رسول مقبول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ایک سے زیادہ بار شہد کی افادیت بیان فرمائی ہے۔ ایک حدیث شریف تو یہ بھی بیان کی جاتی ہے کہ اے لوگو! قرآن اور شہد کو مضبوطی سے پکڑ لو اور ایک واقعہ ایسا ہے کہ حضور پر نور ؐ نے نہایت جلال سے ایک شخص کی تکرار پر فرمایا۔ خدا کی قسم، تمہارے بھائی کے پیٹ کا درد جھوٹا ہو سکتا ہے مگر شہد نہیں ـــــ!

میں ان ارشاداتِ رسول ؐ کے بعد شہد کی مزید مدح کیا کر سکتا ہوں۔ ہاں یہ حسرت ضرور رکھتا ہوں کہ مولا کریم اپنے حبیب پاک کے صدقے بہت سا (اور خالص) شہد عنایت فرماتا رہے۔ حکیم ولی الرحمٰن ناصر اہلِ نظر اور صاحب خبر نوجوان ہیں۔ انہوں نے حکمت کے حوالے سے اور علم کے ناتے سے شہد جیسی میٹھی رسیلی اور شیریں باتیں قلم بند کی ہیں کیسی میٹھی اور کتنی میٹھی؟ یہ آپ کتاب پڑھ کر لطف لیں اور لذت آشنا ہوں۔

اظہر جاوید
۱۳ر جنوری ۱۹۸۴ء

پیش لفظ

"شہد زندگی ہے" لکھتے وقت میرے پیشِ نظر یہ بات تھی کہ ایسی کتاب لکھی جائے جس کا تعلق براہِ راست عوام کی صحت سے ہو۔ علاج آج کل اتنا مہنگا ہو گیا ہے کہ عام آدمی کی دسترس سے باہر ہے۔ پاکستان میں آج بھی بہت سے دیہات ایسے موجود ہیں۔ جہاں بنیادی طور پر علاج معالجے کی سہولتیں موجود نہیں ہیں۔ میلوں پیدل چل کر ہسپتال یا ڈسپنسری تک پہنچا جاتا ہے۔ "شہد زندگی ہے" اسی مقصد کے تحت لکھی گئی ہے۔ اس میں شہد کی جملہ خصوصیات تفصیل کے ساتھ بیان کی گئی ہیں۔ جن امراض میں شہد بطور دوا اور غذا استعمال ہوتا ہے۔ اس کا بھی تفصیل سے ذکر ہے۔ اس کتاب میں ایک جدت یہ بھی پیدا کی گئی ہے کہ شہد کے ساتھ ساتھ اُن نسخہ جات کو بھی درج کر دیا گیا ہے۔ جو مختلف امراض میں شہد کے ساتھ استعمال کرانے سے مرض کو ختم کر دیتے ہیں۔ یہ متاعِ عزیز مجھے اپنے بزرگوں سے ورثہ میں ملی۔ یہ نسخہ جات برسوں کی کاوش اور عرق ریزی کا نتیجہ ہیں۔ اس کتاب میں شہد کے بیش بہا فوائد کے ساتھ ساتھ بچوں، جوانوں، بوڑھوں اور عورتوں کے جملہ امراض کی اختصار کے ساتھ نشاندہی کر دی گئی ہے تاکہ قاری مرض کے مطابق نسخہ تجویز کر سکے۔ دواؤں کے ساتھ ساتھ کچھ گھریلو چٹکلے بھی اس کتاب میں شامل ہیں۔ جنہیں شہد کے ساتھ استعمال کرنے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ شہد اور

دیسی طریقہ علاج چونکہ آوٹ آف فیشن ہیں۔ اس لئے خاص لوگ اس کو استعمال نہیں کرتے۔ شہد زندگی ہے۔ ان حلقوں میں زیادہ مقبول ہوگی۔ جہاں دوائیں فیشن کے طور پر استعمال نہیں کی جاتیں۔ وہ اصحاب بھی اس کتاب سے استفادہ کریں گے۔ جو دواؤں کی بجائے اپنا علاج غذاؤں سے کرتے ہیں۔ شہد کے استعمال سے زیادہ مشکل شہد کی شناخت ہے۔

اس سلسلہ میں میں نے بہت سے شہد فروخت کرنے والوں سے رابطہ بھی کیا اور مفید معلومات حاصل کیں۔ یہ بہت کٹھن مرحلہ تھا۔ اللہ کا شکر ہے کہ شہد کی شناخت کے سلسلہ میں جو طریقہ بیان کیے گئے ہیں وہ تقریباً بارہا آزمودہ ہیں۔

میں ملک بشیر احمد صاحب آف چھانگا مانگا کا خاص طور پر ممنون ہوں۔ جنہوں نے اس سلسلہ میں میری بڑی رہنمائی فرمائی اور شہد کی شناخت کے کئی جدید طریقوں سے روشناس کرایا۔

اب کتاب آپ کے ہاتھ میں ہے۔ اسے پڑھ کر اپنی قیمتی آراء سے مطلع کریں اور اگر کوئی نئی بات آپ کے تجربہ میں ہو تو ضرور لکھیں تاکہ نئے ایڈیشن میں اس کو شکریہ کے ساتھ شامل کیا جاسکے۔

دعا ہے اللہ تعالیٰ میری اس کاوش کو قبول فرمائے۔ (آمین)

حکیم ولی الرحمٰن ناصر

۲۔ سی ریلوائز گارڈن۔ عوامی فلیٹس لاہور

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم ٥

شہد ـــ زندگی ہے

بحیثیت مسلمان ہمارے لئے نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی ذات اقدس رشد و ہدایت کا ایک ایسا نمونہ ہے۔ جس کی مثیل قیامت تک نہیں مل سکتی۔ آپ کے ارشادات اور آپ کی سیرتِ طیبہ کا جب مطالعہ کیا جاتا ہے تو معلوم ہوتا ہے کہ آپ کے ہاں غذا کا ایسا اہتمام نہ تھا کہ خاص طور پر کوئی غذا تیار کی جاتی ہو۔ آپ کے جذبۂ قناعت کا یہ عالم تھا کہ دنیا کی لذیذ پُر تکلف غذائیں آپ کا حصہ نہ تھیں۔ زندگی کے دیگر شعبوں میں جس طرح آپ نے سادگی کو ہمیشہ اپنا شعار بنایا غذا میں بھی سادگی کو پسند فرمایا۔ سادہ غذائیں ہمیشہ استعمال فرمائیں اور پُر تکلف غذاؤں سے ہمیشہ اجتناب فرمایا۔ حضرت انس؄ فرماتے ہیں۔

"تمام عمر آنحضور صلی اللہ علیہ وسلم نے چپاتی نہیں کھائی"

علامہ ابن حجر؄ اس حدیث کے ذیل میں تحریر فرماتے ہیں کہ

"آپ کا چپاتی نہ کھانا حرمت کی بنا پر نہ تھا۔ بلکہ باریک اور پتلی روٹی چونکہ عیش پرستوں کی غذا ہے اس لئے آپ نے تمام عمر اس کو تناول نہ فرمایا۔

آپ کی سیرتِ طیبہ کے مطالعہ سے یہ بات روشن ہوتی ہے کہ آپ نے ہمیشہ عیش پرستوں کے طور طریقوں سے اجتناب فرمایا۔ غذا کے سلسلہ میں آپ کا دستور اور طریقہ یہ تھا کہ عموماً دسترخوان پر غذا کو رد نہ فرماتے۔ جو حلال غذا آپ کے سامنے رکھ دی جاتی اس کو تناول فرماتے اور اگر وقت پر کچھ نہ ہوتا تو صبر فرماتے۔ دسترخوان پر آپ کا یہ معمول تھا کہ سامنے رکھی ہوئی غذا کو تناول فرماتے۔

اِدھر اُدھر ہاتھ نہ بڑھائے۔ کھانا بھوک رکھ کر تناول فرماتے اور فرمایا کرتے تھے کہ

"مومن کی یہی شان ہے کہ وہ کم غذا کھائے"

کچھ قسم کی غذاؤں سے آپ کو طبعاً رغبت تھی اور کچھ سے کم۔ آپ کی من پسند غذاؤں میں پنیر، ثرید، ستو، تلبینہ، حیس، کدو، ککڑی، کھجور، مسلوقہ، چھوہارا، گوشت، پیلو کا پھل، پانی، دودھ، حلوا اور شہد بہت پسندیدہ چیزیں تھیں۔

آج کی اس نشست میں ہم آپ کو شہد کی غذائی اور دوائی اہمیت کے متعلق تفصیل سے بتائیں گے۔

شہد کو قرآنِ حکیم میں شفاء للناس کہا گیا ہے۔ جدید سائنس بھی اس قول کو دل و جان سے تسلیم کر چکی ہے۔ آج یورپ کا ہر دوسرا ڈاکٹر اپنے مریض کو شہد کھانے کی ہدایت کرتا ہے۔ اس لئے یورپ اور دیگر مغربی ممالک میں شہد کی مکھیوں کو بڑی حفاظت سے پالا جاتا ہے اور خالص شہد حاصل کیا جاتا ہے۔ شہد کی غذائی اور دوائی اہمیت صرف آج ہی واضح نہیں ہوئی بلکہ قدیم ترین تاریخی شواہد سے بھی اس بات کا پتہ چلتا ہے کہ انسان بالکل اپنے ابتدائی دور میں جبکہ تہذیب و تمدن جیسے لوازمات سے نا آشنا تھا۔ جنگلوں میں وحشیانہ زندگی بسر کرتا تھا۔ کھانے پکانے کے فن سے بھی نا آشنا تھا اُس وقت بھی جنگل سے شہد حاصل کر کے اسے اپنی غذائی اشیاء میں شامل کرتا تھا۔ حیرت انگیز امر یہ ہے کہ آج صدیوں بعد سائنس نے تحقیق و جستجو کے بعد اس امر کا انکشاف کیا ہے کہ شہد اپنے اندر مکمل غذائی اور شفاء بخش صلاحیتیں رکھتا ہے۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے کہ

"شہد ہر جسمانی مرض کے لئے شفا ہے اور قرآن مجید ہر روحانی مرض کے لئے شفا ہے۔ اس لئے قرآن اور شہد ہر دو کو تھامے رکھو۔"

اسی سلسلہ میں ایک اور حدیث میں شہد کی افادیت یوں بیان فرمائی ہے کہ :-

"جو شخص ہر ماہ تین دن متواتر صبح نہار منہ شہد چاٹے اُسے کوئی بڑی بیماری نقصان نہ پہنچا سکے گی"

(ترمذی، ابنِ ماجہ)

حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک اور موقع پر ارشاد فرمایا۔

"سنا، اور کلونجی ہمیشہ استعمال کیا کرو کہ یہ دونوں چیزیں موت کے سوا ہر بیماری کا علاج ہیں"

حضرت عائشہ صدیقہؓ فرماتی ہیں کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم حلوہ اور شہد بہت پسند فرماتے تھے۔

شہد بیشتر فوائد کا حامل ایک قدرتی اور لاجواب ٹانک ہے۔ اطباء کے نزدیک اس قدرتی ٹانک کے مقابلہ میں کوئی وٹامن نہیں۔ آج تک کوئی سائنسدان اور کیمیادان اسے مصنوعی طور پر نہیں بنا سکا۔ حالانکہ اس کے کیمیاوی اجزاء بھی معلوم کئے جا چکے ہیں۔ سائنس دانوں نے یہ تو معلوم کر لیا ہے کہ شہد میں شکر، گوند، پھولوں کے زیرے اور ڈکسٹرین شامل ہیں۔ ان کے علاوہ بعض معدنی اجزاء مثلاً فولاد، کیلشیم، گندھک، سوڈیم، تانبا، میگنیشیم، پوٹاشیم اور وٹامن سی مناسب مقدار میں موجود ہے۔ ان سب باتوں کے باوجود آج تک خالص شہد مصنوعی طور پر تیار نہیں کیا جا سکا۔ وہ شاید اس لئے کہ شہد کی مکھیاں جس مصیبت، محنت اور کوشش سے شہد تیار کرتی ہیں۔ وہ کسی اور کے بس کی بات نہیں۔ اگر یہ کام شہد کی مکھیاں مزدوری پر (اُجرت) کرتیں تو ہزاروں ڈالر لوہے سے کماتیں۔

لیکن اُن کی قسمت میں چلنا، چلنا، مدام چلنا لکھا ہوا ہے۔ وہ محنت اور سخت محنت کی قائل ہیں اور اس پر عمل کرتی ہیں۔ کہا جاتا ہے کہ اگر کوئی شہد کی مکھی سُست ہو جائے یا کسی وجہ سے چھتہ سے باہر نہ جائے تو رانی مکھی اُس درمیان میں سے کاٹ کر پھینک دیتی ہے کہ یہ دوسری مکھیوں پر بوجھ نہ بنے اور نہ دوسروں کو سستی کی عادت ڈالے۔ سائنس دانوں نے شہد کی مکھی پر بہت تحقیق کی ہے اور اُس کی عادات و اطوار اور رہن سہن سے ایک حد تک واقف ہو گئے ہیں۔ مختلف سائنس دان متفقہ طور پر اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ سیر بھر شہد اکٹھا کرنے کے لیئے تقریباً ستر ہزار پھولوں کا رس مکھیوں کو چوسنا پڑتا ہے۔ آدھ کلو شہد جمع کرانے کے لیئے مکھیوں کو چالیس لاکھ دفعہ جانا پڑتا ہے۔ ایک چھتے میں تقریباً اسی ہزار مکھیاں کام کرتی ہیں۔ مکھیوں کی محنت اور کارکردگی کا اندازہ اس بات سے لگایا جا سکتا ہے کہ ایک مکھی اپنی ساری زندگی میں ایک چمچہ بھر شہد جمع کر سکتی ہے۔ شہد کی مکھیاں مختلف پھلوں اور پھولوں سے اُن کو حاصل کرتی ہیں۔ جن پھلوں اور پھولوں سے رس لیا جاتا ہے طبِ یونانی میں وہ تمام پھل، سبزیاں اور پھول اطباء کے نزدیک صحت کے لیئے بہت ضروری ہیں۔ اطباء حضرات اپنے مطبوں میں ان پھلوں، سبزیوں اور پھولوں کو استعمال کرتے رہتے ہیں۔ مکھیوں کے انتخاب کی داد دینی چاہیئے کہ وہ اُن پھلوں سبزیوں اور پھولوں کا انتخاب کرتی ہیں۔ جو قدرت نے صحت کو بحال اور قائم و دائم رکھنے کے لئے پیدا کی ہیں۔ مکھیاں جن چیزوں سے رس لیتی ہیں اُن میں سے چند درج ذیل ہیں۔ کھجور، تل، املتاس، انار، امرود، اجوائن، آلوچہ، آگ، آڑو، املی، بہیڑہ، بینگن، بھنڈی، بادام، بہیدانہ، بیر، پودینہ، پیاز، تربوز، خوبانی، گلاب، گیندا، گھیا، لوکاٹ، لسوڑا، میٹھا، مولی، نارنگی، میتھی، مکی، مٹر

کیکر، کیلا، گل داؤدی، لیموں، کریلہ، جنگلی پودینہ، خربوزہ، کھیرا، توری، جوار جامن، سیب، دھنیا، ناشپاتی اور دیگر بہت سی روح افزا چیزیں شامل ہیں۔ ان چیزوں کا اگر بغور مطالعہ کیا جائے تو یہ بات روز روشن کی طرح عیاں نظر آتی ہے کہ یہ سب چیزیں حضرتِ انسان کی من پسند غذاؤں میں شامل ہیں اور اطباء حضرات انہی سے بیماریوں کا علاج کرتے ہیں۔ اسی لئے اللہ تعالیٰ نے شہد کو شفاءً للناس کہا ہے۔ حکیم جالینوس نے شہد کی افادیت کو یوں بیان کیا ہے کہ "شہد اکثر امراض کی بہترین دوا ہے اور سر کی جملہ بیماریوں کے لئے اس سے بہتر کوئی چیز نہیں"

شہد کی افادیت کے ساتھ ساتھ اس میں سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ وہ فوری اثر کرتا ہے اور انسانی بدن کے لئے قوت بخش ہے۔ کھانے سے پہلے ہی اس کا نوے فی صد حصہ ہضم شدہ ہوتا ہے اور معدے میں پہنچتے ہی جزوِ بدن بن جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ یہ فوری کمزوری دور کر کے توانائی بخشتا ہے۔ اس سے حاصل ہونے والی قوت دیرپا ہوتی ہے۔ شہد میں چونکہ قبض کشا اجزا بھی شامل ہوتے ہیں۔ اس لئے وہ لوگ جو دائمی قبض کی شکایت کرتے ہیں اور قبض کے لئے دوائیاں کھاتے رہتے ہیں۔ شہد اُن کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ تمام میٹھی چیزوں کے استعمال سے جسم میں چربی بڑھتی ہے۔ لیکن شہد کے استعمال سے چربی نہیں بڑھتی اور نہ ہی چربی پیدا ہوتی ہے، وہ لوگ جن کے جسم دوہرے ہوں یا موٹاپا ہو، اُنہیں اطباء حضرات چینی، شکر اور دیگر تمام میٹھی اشیاء منع کر دیتے ہیں۔ لیکن شہد کا استعمال موٹاپے کو کم کرتا ہے۔ شہد کے مسلسل استعمال سے چہرے پر رونق، چمک اور خوبصورتی آجاتی ہے۔ چہرہ صاف اور شفاف ہو جاتا ہے۔ داغ دھبے اور چھائیاں ختم ہو جاتی ہیں

1 - حکماءِ قدیم کا کہنا ہے کہ اگر ہر غذا کے بعد ایک چمچہ شہد کھا لیا جائے تو دردِ شقیقہ (آدھے سر کا درد) ٹھیک ہو جاتا ہے۔ یورپ کے بیشتر ڈاکٹر اپنے مریضوں کو شہد کھانے کو کہتے ہیں۔ کمزور بچوں، مردوں اور عورتوں کو مچھلی کے تیل کی بجائے شہد کھانے کا مشورہ دیتے ہیں۔ شہد چونکہ عمر بھی دراز کرتا ہے۔ اس لئے جن ملکوں میں اسے اہتمام سے استعمال کیا جاتا ہے۔ اُن کی عمریں دراز ہوتی

2 - کہا جاتا ہے کہ آذربائیجان کے لوگوں کی عمریں اسی لئے زیادہ ہیں کہ وہ شہد اور دودھ زیادہ استعمال کرتے ہیں۔ شہد بدن کی خشکی کو دور کرتا ہے۔ نظامِ ہضم کو تیز کر کے بھوک لگاتا ہے۔ قدیم یونانی فلاسفر بھی شہد کو عمر بڑھانے والا مانتے تھے۔ رومن مؤرخ پلوٹارک نے قدیم برطانیہ کے لوگوں کے بارے میں لکھا ہے کہ اُن کی عمریں بہت دراز ہوا کرتی تھیں۔ اس کی بھی بڑی وجہ وہ شہد کا استعمال بیان کرتا ہے۔

شہد ہر حالت میں اپنی انفرادیت برقرار رکھتا ہے۔ شہد کے اندر بنی ہوئی دوائیں جلد خراب نہیں ہوتیں۔ کیونکہ شہد کے اندر کوئی جراثیم زندہ نہیں رہ سکتا۔

3 - اس لئے شہد کو کوئی چیز خراب نہیں کر سکتی۔ شہد نیا اور پرانا ہر دو حالتوں میں فائدہ مند ہوتا ہے۔ لیکن اطباءِ کرام کے نزدیک پرانا شہد زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔ شاید آپ کی نظر سے یہ بات گزری ہو کہ مصر کے ایک شاہی مقبرہ کی کھدائی کے دوران تقریباً تین چار ہزار سال پرانا شہد ملا۔ اگرچہ اس کا رنگ کچھ بدل چکا تھا۔ اور وہ قدرے گاڑھا بھی ہو گیا تھا۔ لیکن فوائد کے لحاظ سے اس میں کوئی کمی نہیں آئی تھی اور وہ شہد اتنی مدت گزر جانے کے باوجود خالص تھا۔ سائنس دان ایک مدت سے اس تلاش میں تھے کہ اُن کو کوئی ایسی چیز مل جائے جو جراثیم کش ہو۔ برسوں کی تحقیق کے بعد وہ اس نتیجہ پر پہنچے کہ شہد سے بہتر جراثیم کش دوا اور کوئی نہیں۔

چنانچہ انہوں نے تجربہ سے یہ بات ثابت کی کہ میعادی بخار جیسے سخت اور موذی جراثیم شہد میں اڑتالیس گھنٹے کے اندر مر گئے۔ اسی طرح پیچش کے جراثیم دس گھنٹے کے اندر مر جاتے ہیں۔

ہاپکنز یونیورسٹی کے پروفیسر ای۔ وی۔ میکالم کا کہنا ہے کہ شہد بہترین حفاظتی اور مدافعتی غذا ہے۔ روسی سائنس دان کا خیال ہے کہ شہد طویل عمری کے لئے بہترین ہے۔ مشہور اور ممتاز ماہر اغذیہ آرنلڈ لورنید کا کہنا ہے کہ شہد دل کے اعصاب کو تقویت بخشنے کا مؤثر ذریعہ ہے۔ یوں سمجھئے کہ دل کیلئے نئی زندگی رکھتا ہے۔ ان سے جب بھی کوئی دل کے لئے بہترین غذا تجویز کرنے کے لئے کہتا تو ان کا جواب ہمیشہ ایک ہی ہوتا کہ شہد کھاؤ۔ جرمنی کے مشہور و معروف ماہر امراض قلب ڈاکٹر کوچ بھی دل کی تقویت کے لئے شہد تجویز کرتے ہیں۔ ان کا کہنا ہے۔ جو اثر دانہ اور چنے گھوڑے کے لئے رکھتی ہے۔ وہی اثر شہد دل کے لئے رکھتا ہے۔ مشہور شاعر اور ادیب قتیل شفائی نے ایک دفعہ مجھے بتایا کہ شہد کے مسلسل استعمال نے میرے اعصاب اور دماغ پر بہت اچھا اثر کیا ہے۔ میرا خیال ہے کہ میرے اچھے اور مشہور شعر شہد کھانے کے زمانے سے شروع ہوتے ہیں۔ انہوں نے شہد کی تعریف کے ضمن میں بتایا کہ مجھے اچانک رعشہ (ہاتھ ہلنے) کی شکایت کا احساس ہوا میں چونکہ لمبے چوڑے علاج کا عادی نہیں ہوں اس لئے میں نے صرف شہد کے استعمال کو روزانہ کر دیا۔ آج اللہ کا شکر ہے کہ میں اپنے آپ کو ہر طرح مکمل اور فٹ محسوس کرتا ہوں۔ ایسے اور بھی بہت سے واقعات روزانہ سننے میں آتے ہیں۔ غرض شہد ایک ایسی عالمگیر غذا اور دوا ہے جو دنیا بھر میں استعمال ہوتی ہے۔

اگر ہم حفظِ ماتقدم کے طور پر اسے بطور دوا اور غذا استعمال کرتے رہیں۔ تو ہم اپنی

صحت، جوانی اور خوبصورتی کے خود ضامن ہو سکتے ہیں۔ شہد کے بیش بہا فوائد سامنے آنے کے بعد ہم آپ کو مشورہ دیتے ہیں کہ اس دور میں جبکہ علاج معالجہ ایک تجارت بن کر رہ گیا ہے۔ علاج انسانی ہمدردی کے طور پر نہیں بلکہ روپے پیسے کے حصول کے لئے کیا جاتا ہے۔ ایسی حالت میں ہر گھر میں شہد کا ہونا بہت ضروری ہے۔ دودھ پیتے بچے سے لے کر گھر کے جوانوں اور بوڑھوں تک اس کا استعمال ضروری کرانا چاہیئے۔ اس طرح نہ صرف بیماریوں سے نجات ملے گی بلکہ دواؤں کے کثیر اخراجات سے بھی بچے رہیں گے۔ صحت بھی اچھی رہے گی اور جیب بھی گرم رہے گی۔ جیب گرم رہنا بھی بیماریوں سے نجات حاصل کرنے کے مترادف ہے۔

شہد کے اتنے بیش بہا فوائد معلوم ہو جانے کے بعد ضرورت ہے کہ اس کو بیماریوں میں کس طرح استعمال کیا جائے۔ ایک طبیب ہونے کے ناطے سے میں نے اس کو جن امراض میں فائدہ مند پایا اور جس طریقے سے استعمال کرایا گیا وہ ذیل میں درج کر رہا ہوں۔ اس سلسلہ میں حکماء قدیم نے بھی بہت سے نسخے اور ٹوٹکے لکھے ہیں جو شہد کے ساتھ استعمال کئے جاتے ہیں۔ یہاں میں اُن نسخوں اور ٹوٹکوں کا ذکر کروں گا۔ جن کو میرے اُستاد مکرم مسیح الملک حکیم محمد نبی خان جمالی سویدا صاحب نے آزمایا یا میرے والد گرامی حکیم عبداللہ خان نصر علیگ مرحوم کے تجربے میں کامیاب رہے یا اُن کو جن کو میں نے کارکردگی کے لحاظ سے بہتر پایا۔ جن کے استعمال کے بعد مریضوں نے اکر اُس کی تعریف کی۔ انشاء اللہ آپ کی نظر سے یہ کتاب ضرور گزرے گی اور آپ ان نسخوں کو بھی آزمائیں گے۔ آپ کے نزدیک اگر کوئی نسخہ بہت کامیاب رہے تو آپ ہمیں مطلع کریں تاکہ اسے ضرورت مندوں تک پہنچایا جا سکے۔

آنکھوں کی بیماریوں میں شہد کا استعمال

آج کے اس ترقی یافتہ دور میں جبکہ حضرتِ انسان کی رسائی چاند تک ہو گئی ہے۔ اس زمانے میں بھی آنکھوں کے امراض روز بروز بڑھتے جا رہے ہیں۔ حکومت آنکھوں کے ہسپتالوں اور شفاخانوں پر خصوصی توجہ دے رہی ہے۔ نجی طور پر بھی آنکھوں کے ہسپتال موجود ہیں۔ ماہرینِ امراضِ چشم کی تعداد بھی دن بدن بڑھ رہی ہے۔ پھر بھی تقریباً کوئی گھر ایسا نہیں جہاں کوئی نہ کوئی آنکھوں کا مریض نہ ہو۔ ہائی سکولوں اور کالجوں میں طلبہ اور طالبات کی ایک خاص تعداد چشمہ لگائے ہوئے نظر آتی ہے۔ اس کی بنیادی وجہ یہی ہے کہ عوام اور خواص آنکھوں کی حفاظت کے اصولوں سے بھی واقف نہیں۔ اس کائنات کی خوبصورتی، دلفریبی اور حسن سے لطف اندوز ہونے کے لئے ضروری ہے کہ خوبصورت آنکھیں بھی ہوں۔ جو اس شاہکارِ قدرت سے لطف اندوز ہو سکیں۔ لکھنے پڑھنے، سینے پرونے اور سینمابینی کے لئے بھی ضروری ہے کہ آنکھوں کی بینائی درست ہو۔ آنکھوں کی بینائی اور بیماری سے بچاؤ میں شہد بہت فائدہ مند اور زود اثر دوا ہے۔ آنکھوں کی اگر کوئی تکلیف نہ بھی ہو تو بھی شہد ایک ایک سلائی رات کو سوتے وقت آنکھوں میں ڈالنے سے آنکھوں

کی تکلیفوں سے نجات مل جاتی ہے۔ شہد آنکھوں کو دھو کر شیشہ کی طرح صاف اور شفاف کر دیتا ہے، لیکن اس کے لئے ضروری ہے کہ شہد بالکل خالص ہو۔ اس کے علاوہ آنکھوں کی ان تکلیفوں میں شہد کا استعمال اس طرح کرنا چاہیے۔

آشوبِ چشم

آنکھوں کی اس تکلیف میں آنکھ سے رطوبت بہتی ہے۔ پپوٹوں کے اندر کی جھلی اور کبھی ڈھیلے کے اوپر کی جھلی بھی سرخ ہو جاتی ہے۔ آنکھوں میں بعض اوقات خارش بھی ہوتی ہے۔ عرق گلاب میں شہد کو حل کر کے ایک ایک سلائی دن میں دو تین بار لگانے سے تکلیف دفع ہو جاتی ہے۔

نظر کی کمزوری

ایسے اشخاص جو دماغی کام زیادہ کرتے ہوں یا کسی موذی مرض کے بعد شفایاب ہوئے ہوں۔ مردوں میں احتلام، جریان یا کثرتِ مجامعت کے عادی رہے ہوں یا عورتوں میں لیکوریا اور ماہواری کی زیادتی کی شکایت ہو۔ ایسے لوگ نظر کی کمزوری کی عام شکایت کرتے ہیں۔ طالب علموں میں بھی یہ تکلیف ہوتی ہے اور وہ اکثر سبق یاد نہ رہنے کا بھی گلہ کرتے ہیں۔ ایسے مریضوں کے لئے شہد اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ شہد دو تولہ ایک پیالی نیم گرم دودھ میں ملا کر سوتے وقت پینا چاہیے یا صبح ناشتہ میں استعمال کیا جائے اور ایک سلائی آنکھوں میں لگائی جائے۔ تو نظر کی کمزوری سے نجات مل جاتی ہے۔ میرے پاس مطلب میں ایک مریض آیا جس کی عمر چالیس سال کے لگ بھگ تھی۔ وہ لکھنے پڑھنے کا کام

کرتا تھا۔ اخبار پڑھنے میں اُسے دقت محسوس ہوئی تھی اور عینک وہ لگانا نہیں چاہتا تھا۔ مجھ سے اُس نے کسی ٹوٹکے کے لئے کہا میں نے اُسے مندرجہ بالا ٹوٹکہ بتایا۔ دو ماہ کے بعد مطب میں وہ صاحب پھر تشریف لائے اور کہا کہ حکیم صاحب اپنے مریضوں کو یہ ٹوٹکہ ضرور بتایا کریں۔ بہت فائدہ مند ہے۔ اللہ کا شکر ہے کہ اب میری بینائی بالکل ٹھیک ہے۔

آنکھیں دُکھنا

آنکھوں کے دکھنے، خارش اور جلن میں رسوت اور شہد ملا کر لگائیں۔ انشاءاللہ بہت فائدہ ہوگا۔

آنکھ میں پھولا

آنکھ کے پھولا میں کوئی چھوٹی موٹی دوا اثر نہیں کرتی۔ لیکن شہد اس تکلیف کو ختم کر دیتا ہے۔ تھوڑا سا خوردنی نمک شہد میں ملا کر آنکھوں میں لگانے سے پھولا دور ہو جاتا ہے۔

موتیا بند

موتیا سفید کی ابتداء میں اگر شہد کا استعمال مسلسل رکھیں اور عرق گلاب سے آنکھوں کو دھوتے رہیں اور شہد لگاتے رہیں تو موتیا کا پانی اُترنا رُک جاتا ہے اور بغیر اپریشن علاج ہو جاتا ہے۔ سائنس کی ترقی کے باوجود اس کے پاس اس کا علاج موجود نہیں۔

آنکھوں کا درد

عام دردوں کی طرح آنکھ کا درد بھی بہت شدید ہوتا ہے۔ جب آنکھ میں درد ہو تو کسی پل چین نہیں آتا۔ اس سلسلہ میں شہد اور پیاز کا پانی ہم وزن ملا کر آنکھوں میں ڈالیں۔ انشاء اللہ درد بھی رک جائے گا اور آنکھیں بھی صاف ہو جائیں گی۔ شہد مسلسل لگانے سے شب کوری میں بھی فائدہ ہو جاتا ہے۔

رتوندا

اس مرض میں مریض کو رات کو کچھ نظر نہیں آتا۔ اس لئے ایسے مریض کو رات کا اندھا بھی کہتے ہیں۔ ماہرین امراض چشم کے پاس ابھی تک اس تکلیف کی کوئی دوا موجود نہیں۔ لیکن اللہ تعالیٰ نے شہد کے اندر وہ فوائد رکھے ہیں۔ جو کسی بھی دوا اور غذا میں نہیں۔ رتوندا کے مریض کو چاہیے کہ وہ خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر والا آدھی چمچ اور شہد دو چمچ صبح و شام چاٹے اور دو دو سلائی شہد آنکھوں میں سوتے وقت لگائے۔ یہ عمل وہ تین سے چار ماہ تک کرے۔ انشاء اللہ شہد اپنا جادوائی اثر دکھائے گا اور مریض شفایاب ہو جائے گا۔ غرض آنکھ کی ہر بیماری کے لئے شہد اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ بچوں، بڑوں، نوجوانوں اور عورتوں کو شہد آنکھوں میں لگانا چاہیے۔ اس سے آنکھیں خوبصورت بھی ہوتی ہیں اور بے رنگی ختم ہو جاتی ہے۔ آنکھیں روشن اور جلالی ہو جاتی ہیں۔

سر کی بیماریوں میں شہد کا استعمال

گرمی کی وجہ سے دردِ سر

اگر درد سر گرمی کی وجہ سے ہو۔ پیاس زیادہ لگ رہی ہو۔ آنکھوں کی رنگت سرخ ہو۔ سر میں بوجھ اور درد ہو تو یہ نسخہ بہت فائدہ دے گا۔

عرق بید مشک ایک ۔۔۔ میں شہد ۲، تولہ ملا کر دو تین بار پلانا چاہیے۔ عرق بید مشک اور شہد کو ملا کر لیپ تیار کیا جائے اور اسے پیشانی پر لگانے سے بھی تسکین ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ یہ نسخہ بھی پینے کے لئے بہت فائدہ مند ہے۔

لعاب بہیدانہ ، شیرہ عناب ، شیرہ مغز کدو شیریں
۳ ماشہ ، ۵ دانہ ، ۳ ماشہ
تخم خشخاش سفید
۳ ماشہ

پانی میں نکال کر شہد ۲ تولہ ملا کر پلانے سے درد سر میں افاقہ ہو جاتا ہے۔ یہی نسخہ کچھ دن استعمال کرنے سے مکمل آرام آجاتا ہے۔

دردِ سر بلغمی

اگر دردِ سر بلغم کی زیادتی کی وجہ سے ہو۔ سر بھاری رہتا ہو، بعض اوقات نتھنے بند ہوں۔ نیند خراٹے سے آتی ہو۔ حافظہ بھی قدرے کمزور ہو تو اس میں یہ ٹوٹکا فائدہ دے گا۔

بادام سات عدد پیس کر شہد میں ملا کر صبح و شام چاٹیں اور اس میں یہ نسخہ فائدہ مند ہوگا۔

گل بنفشہ	عناب	سپستاں	تخم خطمی	تخم خبازی
۷ ماشہ	۵ دانے	۹ دانے	۷ ماشہ	۷ ماشہ

گاؤزبان
۵ ماشہ

دو کپ پانی میں جوش دے کر چھان کر شہد ۲ تولہ ملا کر صبح و شام استعمال کریں۔ انشاءاللہ بلغم کی زیادتی کی وجہ سے دردِ سر میں افاقہ ہوگا۔

معدے کی خرابی سے ہونے والا دردِ سر

اگر بدہضمی ہو یا معدہ میں غذا پڑی ہوئی ہو۔ اُس غذا کی وجہ سے معدہ بوجھل ہو تو دردِ سر بڑھ جاتا ہے۔ اگر معدہ ٹھیک ہو جائے تو دردِ سر میں کمی آ جاتی ہے۔ معدہ کی خرابی کی وجہ سے اگر دردِ سر ہو رہا تو یہ ٹوٹکا استعمال کریں۔

عرق بادیان اکپ میں شہد ۲ تولہ ملا کر صبح و شام پلائیں اور معدہ کی خرابی میں یہ نسخہ استعمال کریں۔

جوارش جالینوس ایک تولہ ہمراہ عرق چوعرقہ ہاضم ایک کپ صبح و شام شہد ۲ تولہ میں نمک خوردنی ارتی ملا کر سوتے وقت چٹائیں۔ انشاءاللہ مریض صحتیاب ہو جائے گا۔

آدھے سر کا درد

اس درد کو دردِ شقیقہ بھی کہتے ہیں۔ اس کے متعلق مشہور ہے کہ یہ طلوعِ

آفتاب سے شروع ہوتا ہے اور زوالِ آفتاب تک اس میں شدت بڑھتی رہتی ہے۔ اس کا مریض درد سے بے حال ہو جاتا ہے۔ روشنی میں آنے سے گھبراتا ہے۔ کبھی سر کو کس کر باندھتا ہے اور کبھی دیوار سے ٹکریں مارتا ہے۔ بعض اوقات آنکھ کی سرخی بھی بڑھ جاتی ہے اور رگیں بھی تڑپنا شروع ہو جاتی ہیں۔ آدھے سر کے درد میں شہد اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ حکماء قدیم کا کہنا ہے کہ اگر ہر غذا کے بعد ایک چمچہ شہد کھا لیا جائے تو دردِ شقیقہ ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اس کے لئے فوری طور پر یہ ٹوٹکا بہت کارگر ہے۔

شہد کی دو بوند مریض کو لٹا کر درد کی الٹی طرف ناک میں ڈال دیں۔ انشاء اللہ فوری آرام ہو جائے گا مریض کو چین آ جائے گا۔

نزلہ و زکام

اگر بلغمی مادہ حلق اور گلے پر گرے تو اسے نزلہ کہتے ہیں اور ناک کے راستے بہے تو زکام کہتے ہیں۔ آج کا دور نزلہ و زکام کا دور ہے۔ پاکستان میں تقریباً ہر پانچواں آدمی نزلہ و زکام میں مبتلا ہے۔ پاکستان میں خاص طور پر سردیوں میں اس کے مریض بہت ہوتے ہیں، اکثر لوگ تمام سردیاں اس سے نجات حاصل نہیں کر سکتے۔ نزلہ ہو یا زکام ہر دو حالتوں میں شہد شفاء کامل کا حکم رکھتا ہے۔ اگر نزلہ زکام کے مریض شہد کو مسلسل استعمال کرتے رہیں تو کسی دوا کے بغیر یہ ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں شہد سب سے بڑی دوا ہے۔ بعض حکماء کے نزدیک لیموں کا رس، ادرک کا پانی اور شہد ملا کر دینے سے دائمی نزلہ زکام ٹھیک ہو جاتا ہے۔

اس سلسلہ میں یہ نسخہ بھی فائدہ دیتا ہے۔

برشعشا اگرام شہد دو چمچہ میں ملا کر صبح و شام چٹائیں۔

بالوں کا گرنا

آج کل بالوں کا گرنا ایک عام شکایت ہے۔ مطب میں نوجوان لڑکوں اور لڑکیوں کی خاصی تعداد اکثر یہ شکایت کرتی ہے کہ بال تیزی سے گر رہے ہیں۔ بال سفید ہو رہے ہیں یا بال ٹوٹ جاتے ہیں، بالوں میں چمک نہیں، بال لمبے نہیں ہوتے، بال گھنے کم ہیں یا بالوں میں وہ خوبصورتی نہیں جو ہونی چاہیے۔

یہ وہ سوالات ہیں جو بالوں کے متعلق آئے دن سننے میں آتے رہتے ہیں۔ نوجوان بالوں کے متعلق شکایات تو کرتے رہتے ہیں لیکن کوئی اس طرف توجہ نہیں دیتا کہ اس عمر ہی میں یہ تکلیفیں کیوں ہو جاتی ہیں۔ ان سب تکلیفوں کی خاص وجوہ موجود ہیں۔

1 - وہ لوگ جو تیز مرچ مصالحوں اور زیادہ گرم اشیاء کے عادی ہوں اُن کے بال جلد گر جاتے ہیں۔

2 - زیادہ تکیہ اونچا رکھنے والوں کے بال بھی جلد گر جاتے ہیں۔ یورپ میں ایک دفعہ نوجوانوں کی بڑی تعداد کے بال گرنے شروع ہو گئے۔ بہت سے لوگ گنجے ہو گئے۔ ماہرین نے بہت ریسرچ کی لیکن وہ بیماری کی تہہ تک نہ پہنچ سکے اور نہ یہ معلوم کر سکے کہ بال کیوں گر رہے ہیں۔ آخر کار ایک سائنس دان نے یہ کہہ کر

3 - سب کو ورطۂ حیرت میں ڈال دیا کہ پلاسٹک اور نائیلون کی کنگھی استعمال کرنے سے بال گر رہے ہیں۔ سائنس دان نے اس کی وضاحت کرتے ہوئے کہا کہ کنگھی کے استعمال سے جو ایک ہلکا سا شعلہ پیدا ہوتا ہے۔ اُس سے بال جل جاتے ہیں۔ جس کی وجہ سے بالوں کے سوراخ بند ہو جاتے ہیں۔ چنانچہ ڈاکٹروں نے اپنے کلینکوں میں یہ جلی حروف سے لکھ کر لگا دیا کہ پلاسٹک اور نائیلون کی کنگھی بالوں کی دشمن ہے۔ چنانچہ اپنے مطبوں میں بھی مریضوں کو اس کے مضر اثرات سے بچنے کی ہدایت کرتے ہیں۔ لیکن اکثر مریض اس ہدایت پر عمل نہیں کرتے۔ بالآخر جب وہ اپنے انجام کو پہنچتے ہیں تو پھر معالجوں سے تندرستی خریدنے کے لئے گھر سے نکلتے ہیں۔ لیکن اس میں اُن کو مایوسی ہوتی ہے۔ ایسے مریضوں کو چاہئیے کہ وہ ابتدا ہی میں اپنے طبیب کے مشورہ پر عمل کریں تاکہ گنجا پن کی نوبت نہ آسکے۔

بالوں کی خوبصورتی چمک، گرنے، ٹوٹنے، سفید ہونے یا لمبے نہ ہونے کی صورت میں شہد بنیادی حیثیت رکھتا ہے۔ اس سلسلہ میں شہد کا اندرونی اور بیرونی استعمال بہت سود مند ہے۔ آئیے آپ کو بالوں کے چند مجرب اور آزمودہ ٹوٹکے بتائیں۔

بال گرنے سے کیسے بچ سکتے ہیں۔ جیسا کہ آپ نے اوپر پڑھ لیا ہے کہ پلاسٹک اور نائیلون کی کنگھی بالوں کے موت کا پیغام ہے۔ اس لئے چاہئیے کہ

1- لوہے کا بُرش یا لکڑی کی کنگھی کرنی چاہئیے تاکہ دورانِ خون ٹھیک رہے اور بالوں کو غذا پہنچتی رہے۔ بالوں کو اچھی طرح اوسمو شیمپو سے دھو کر خشک کر لیں۔ روغن گیلانی اور شہد کو باہم ملا کر ایک لئی سی بنا لیں اُسے بالوں کی جڑوں میں لیپ کر دیں اور کوئی دو گھنٹہ کے بعد نیم گرم پانی سے سر کو دھو ڈالیں۔ یہ عمل روزانہ سے لے کر ہفتہ میں دو تین بار تک کر سکتے ہیں۔ اس سے بال لمبے بھی ہوں گے۔

گنے بند ہو جائیں گے اور جھڑے ہوئے بال پھر سے نکل آئیں گے۔

۱۔ اگر بال جلد سفید ہو رہے ہوں تو روغنِ زیتون میں شہد ملا کر روزانہ بالوں کی جڑوں میں لیپ کریں اور بعد میں اوسمو ہربل شیمپو سے سر کو دھو ڈالیں۔ اس سلسلہ میں ریٹھے کے پانی سے بھی سر دھویا جا سکتا ہے۔ اس سے بال نہ صرف سفید ہونا رک جائیں گے۔ بلکہ سفید شدہ بال بھی سیاہ ہو جائیں گے۔

۲۔ اگر بالوں میں چمک نہ ہو اور بال کھردرے اور بے رونق ہوں اور خوبصورت بھی نہ ہوں تو اس سلسلہ میں شہد کو دودھ میں لئی بنا کر روغن زیتون ملا کر بالوں پر مہندی کی طرح لیپ کریں اور دو تین گھنٹہ کے بعد نیم گرم پانی سے شیمپو کریں۔ چند دنوں کے استعمال ہی سے بال خوبصورت، چمکدار اور نرم و ملائم ہو جائیں گے۔ وہ لوگ جو بالوں کو مہندی لگاتے ہیں اور وہ بالوں کو مزید خوبصورت اور چمکدار بنانا چاہتے ہوں۔ اُن کے لئے بھی شہد کا استعمال بہت فائدہ مند ہے۔ مہندی کو شہد اور روغنِ زیتون میں گھول کر سلیے بالوں پر لگا دیں۔ مقررہ وقت پر بال دھو ڈالیں۔ بال چمکدار، سُرخی مائل خوبصورت ہو جائیں گے۔ اس کے ساتھ ساتھ شہد بطور غذا بھی استعمال کرنا چاہیے۔ اس سے نہ صرف بالوں کی بیماریاں رُک جائیں گی۔ بلکہ بال ہمیشہ صحت مند رہیں گے۔

کان کے امراض میں شہد کا استعمال

کان کا درد

کان کی اس تکلیف میں درد اتنا شدید ہوتا ہے کہ مریض بے حال ہو جاتا ہے۔ بار بار کان پر ہاتھ رکھتا ہے۔ لیکن مریض کو کسی پل چین نہیں آتا۔ درد ناقابل برداشت ہوتا ہے۔ مریض کسی ایسے ٹوٹکے اور چٹکلہ کا منتظر ہوتا ہے۔ جو کان میں ڈالتے ہی درد کو ختم کر دے۔ اس سلسلہ میں شہد سے بڑھ کر کوئی ٹوٹکا نہیں۔ جس کان میں درد شدید ہو رہا ہو۔ اُس میں شہد دو بوند ٹپکا دیں۔ انشاء اللہ فوری طور پر درد میں فائدہ ہو جائے گا۔ مستقل فائدے کے لئے کے لئے شہد کو روغن ترُب میں ملائیں اور اُس کی دو دو بوندیں دونوں کانوں میں ٹپکائیں۔ انشاء اللہ پھر کان کا درد نہیں ہوگا۔ اس سلسلہ میں سب سے بڑی گزارش یہی ہے کہ کانوں میں سلائیاں یا تنکے پھیرنے سے اجتناب کیا جائے۔ تاکہ کان کے نازک حصوں کو نقصان نہ پہنچ سکے۔

کان کا زخم

اس تکلیف میں کان کے اندر زخم ہو جاتا ہے۔ اگر قریب ہو تو معائنہ کے وقت صاف نظر آنے لگتا ہے۔ اگر دور ہو تو نظر نہیں آتا لیکن کان میں درد بہت ہوتا ہے۔ کان ہر وقت پیپ سے بھرا رہتا ہے۔ بار بار کان کو صاف کرنے

کی ضرورت محسوس ہوتی ہے۔ بعض اوقات کانوں سے بُو بھی آنی شروع ہو جاتی ہے۔اس سلسلہ میں مسیح الملک حکیم حافظ محمد اجمل خاں کان کو دھونے کے لئے یہ نسخہ استعمال کرتے تھے۔شہد ۲ تولہ، بادیان ا تولہ دونوں کو پانی میں جوش دے کر چھان کر بہے کان کو اس سے دھونا چاہیے۔اس کے بعد روئی کی پھریری شہد میں لگا کر انزروت اماشہ اس کے اُوپر چھڑک کر کان میں رکھ دینے سے کان کا زخم ٹھیک ہو جاتا ہے۔یہ عمل اُس وقت تک جاری رکھنا چاہیے۔جب تک کان سے پیپ آنا بند نہ ہو جائے اور کان کا درد مکمل طور پر ختم نہ ہو جائے۔

بہرا پن

کان کی تکلیف میں اُونچا سننے یا بہرا پن کی تکلیف بھی بہت ہے۔بعض اوقات کان میں میل جمع ہو جانے کی وجہ سے قوتِ سماعت کمزور ہو جاتی ہے اور آواز پورے طور پر سنی نہیں جاتی یا بالکل آواز آنی بند ہو جاتی ہے۔کانوں میں مختلف آوازیں آتی رہتی ہیں۔آواز دینے پر مریض اِدھر اُدھر دیکھتا رہتا ہے اور وہ کچھ سمجھ نہیں سکتا کہ اُسے کیا کرنا چاہیے۔اس حالت میں بھی شہد اپنا کمال دکھا سکتا ہے۔ شہد کو کان میں ڈالتے رہنا چاہیے۔یا روغنِ سماعت کشا کو شہد میں ملا کر کان میں دو دو بوند ٹپکائیں۔یا ترش انار جو گودے سمیت نچوڑا گیا ہو۔انار کے چھلکے کو اس پانی میں جوش دے کر چھان کر شہد ملا کر کان میں ٹپکائیں۔اس سے کان کی یہ تکلیف ختم ہو جائے گی۔

نوٹ:۔ یہ ضروری ہے کہ مریض پیدائشی بہرا نہ ہو۔

کان بجنا

اس مرض میں مریض کان کے معاملے میں وہمی ہو جاتا ہے۔وہ ہر وقت کان

میں لگا رہتا ہے اس کی طرف سے پریشان رہتا ہے۔ کان کے اندر سے ٹک ٹک کی آوازیں سنائی دیتی ہیں۔ مریض بعض اوقات یہ سمجھتا ہے کہ کان میں کوئی چیز داخل ہو گئی ہے۔ اس مرض میں سماعت بھی کمزور ہو جاتی ہے۔ اگر اس مرض میں مسلسل شہد کان میں ڈالا جائے تو تب بھی اس سے نجات مل جاتی ہے اگر اس میں ان چیزوں سے بھپارہ بھی لیا جائے تو کان بجنے کی شکایت جاتی رہتی ہے۔ نسخہ

عنب الثعلب	گل خطمی	کوکنار	شہد
۱ تولہ	۱ تولہ	۱ تولہ	۲ تولہ

گائے کے دودھ میں جوش دے کر کان کو اس کا بھپارہ دیں۔ انشاءاللہ مکمل شفا ہو جائے گی۔

زخم اور جلے ہوئے جسم پر شہد کے مفید اثرات

یوں تو شہد میں یہ کمال ہے ہی کہ وہ موت کے سوا ہر بیماری کا علاج ہے اور اسے کھانے میں بہت سی بیماریوں سے نجات مل جاتی ہے۔ لیکن اس کے اندرونی فوائد کے ساتھ ساتھ بیرونی فوائد بھی ہیں۔ حکمار قدیم تو اسے زخموں اور جلی ہوئی جگہوں پر مریض کو استعمال کرایا کرتے تھے۔ لیکن اب سائنس انتہائی ترقی کر کے اور کروڑوں اربوں روپے ریسرچ پر لگانے کے باوجود اس بات پر متفق ہے کہ زخم اور جلی ہوئی جگہ پر اگر بروقت شہد لگا دیا جائے تو زخم بھی اچھا ہو جاتا ہے اور زخم کا نشان تک بھی مٹ جاتا ہے۔ یورپ کا یہ واقعہ طبی حلقوں میں بہت مشہور ہوا تھا کہ ایک دفعہ پٹرول سے بھرا ہوا ٹینک پھٹ گیا۔ جس سے ایک آدمی بری طرح زخمی ہو گیا۔ بیس پچیس میل کے فاصلے تک ہسپتال نہ تھا اور

زخمی درد و کرب سے تڑپ رہا تھا۔ ان پریشان کن حالات میں زخمی کی بوڑھی ماں کو ایک انوکھا خیال آیا۔ اُس نے سن رکھا تھا کہ شہد زخموں کے لئے مفید ہے۔ چنانچہ اُس نے اپنے بیٹے کے جُھلسے ہوئے تمام جسم پر شہد مل دیا اور شہد میں کپڑا گیلا کر کے اس کے جسم پر لپیٹ دیا۔ بعد میں اُسے ہسپتال لے جایا گیا۔ ڈاکٹروں کی ایک ٹیم نے اُس کا معائنہ کیا اور یک زبان بول اُٹھے کہ شہد نے اُس کی زندگی بچا لی ہے۔ ہسپتال میں پھر باقاعدہ علاج کیا گیا۔ جب مریض صحت یاب ہوا تو ڈاکٹر یہ دیکھ کر حیران رہ گئے کہ جلنے کا کوئی نشان اور دھبہ تک اس کے جسم پر نہ تھا۔ یہ سب شہد کا کمال تھا۔

پروفیسر عابدہ روما صاحبہ نے مجھے بتایا کہ ایک دن گھر میں تیز چھری کے ساتھ مرغ بنا رہی تھی کہ لاپرواہی سے میری انگلی کٹ گئی۔ زخم اتنا گہرا اور شدید تھا کہ میں بیہوش ہو گئی۔ خون کی کافی مقدار بہہ نکلی۔ اُس وقت میری والدہ صاحبہ کو ایک خیال آیا انہوں نے شہد کی بوتل الماری سے نکالی اور میری انگلی کو شہد سے تر کر دیا ایک منٹ کے لئے شہد زخم پر لگا پھر مجھے احساس ہوا کہ جیسے دہکتے انگاروں پر کسی نے پانی ڈال دیا ہے۔ میں حیران رہ گئی جب میں نے دیکھا کہ پٹی باندھنے سے خون بند ہو گیا ہے۔ زخم ٹھیک ہونے پر جب پٹی کھولی گئی تو میری خوشی کی انتہا نہ تھی جب میں نے دیکھا کہ میری انگلی سے نشان تک مٹ چکا تھا۔ ان واقعات کی روشنی میں اب یہ فیصلہ کرنا کوئی مشکل نہیں کہ شہد زخموں اور جلے ہوئے جسم کیلئے شفا کا حکم رکھتا ہے، اسی طرح اسے ہر چھوٹے موٹے زخم پر لگایا جا سکتا ہے۔ بچوں کے پھوڑے پھنسیوں پر اگر شہد کے پھائے بنا کر لگائے جائیں تو وہ بہتر ہو جاتے ہیں اور نشان بھی مٹ جاتے ہیں۔

سینے اور حلق کی بیماریوں میں شہد کا استعمال

حکماء قدیم، جدید سائنس اور جدید اطباء تمام حضرات اس بات پر متفق ہیں کہ شہد سینے اور حلق کی بیماریوں میں سریع الاثر غذا اور دوا ہے۔ شہد کے فوائد سے واقف ہر طبیب اسے اپنے مطب میں باقاعدہ استعمال کراتا ہے۔ سینے اور حلق کی بیماریوں میں دمہ (استھما) سرفہرست ہے۔ یوں تو تمام بیماریاں ہی سرفہرست ہوتی ہیں۔ لیکن دمہ کا مریض زندگی کو موت پر ترجیح دیتا ہے۔ دمہ کے مریض کی زندگی اجیرن، بے مزہ اور گھر کی چار دیواری تک محدود ہو کر رہ جاتی ہے۔ دو قدم چلنے سے سانس پھول جاتا ہے۔ عموماً مریض کو دورے سے پہلے قبض اور پیٹ میں گیس کی شکایت ہوتی ہے۔ ہلکی ہلکی کھانسی شروع ہوتی ہے۔ پھر ایک دم غوطے آنے شروع ہو جاتے ہیں۔ کھانسی اور غوطہ اتنی شدت سے ہوتا ہے کہ سانس تک نہیں نکلتا۔ مریض اس لمحہ خود کو موت کے قریب سمجھتا ہے۔ کھانسی کی شدت سے چہرہ سرخ ہو جاتا ہے۔ منہ سے آواز تک نہیں نکلتی تھوڑی بہت بلغم خارج ہونے پر قدرے سانس بحال ہو جاتا ہے۔ سارا جسم پسینے سے شرابور ہو جاتا ہے۔ دمہ کا مریض دورے کے بعد نڈھال ہو جاتا ہے۔ ایسے مریض کو دورے کے فوری بعد شہد دو چمچہ چٹانے سے فوری قوت بھی بحال ہو جاتی ہے اور سانس کی نالی میں خراش کے ساتھ ساتھ چمٹی ہوئی بلغم بھی اکھڑ جاتی ہے۔ بلغم خارج ہونے کے بعد سانس کی نالی میں سکون آجاتا ہے۔ اس میں یہ ٹوٹکا بھی بہت فائدہ دیتا ہے

تخم کتاں ا تولہ، شہد ۲ تولہ دو کپ پانی میں اچھی طرح جوش دے کر چھان کر پلانے سے بھی سانس بحال ہو جاتا ہے۔ اگر اس نسخہ کو مسلسل استعمال کیا جائے تو دورے کی نوبت نہیں آتی۔ سانس بھی زیادہ نہیں پھولتا۔ اس سلسلہ میں دیگر نسخہ جات کو شہد کے ہمراہ اس طرح استعمال کرایا جاتا ہے۔

گل گاؤزبان ، گل بنفشہ ، عناب ، اصل السوس
۵ ماشہ ۵ ماشہ ۵ دانے ۵ ماشہ
تخم خطمی ، تخم خبازی
۵ ماشہ ۵ ماشہ

دو کپ پانی میں جوش دے کر چھان کر شہد ۲ تولہ ملا کر صبح و شب پلائیں ایک اور نسخہ اس میں مفید ہے۔

سفوف، ملٹھی، نوشادر ہم وزن باہم ملا کر شہد ۲ تولہ کے ساتھ صبح و شام کھلائیں۔

بلغمی کھانسی

ایسے مریض جن کو دمہ کی تو شکایت نہیں ہوتی لیکن اُن کو بلغمی کھانسی بہت ہوتی ہے۔ بلغمی مزاج لوگوں کو سردیوں میں تکلیف زیادہ ہوتی ہے۔ عمر رسیدہ بلغمی مزاج والے لوگ اس کے زیادہ مریض ہوتے ہیں۔ بلغمی کھانسی کا مریض تمام رات تھوکتا اور کھانستا رہتا ہے۔ بلغم بہت زیادہ خارج ہوتی رہتی ہے۔ ایسے مریضوں کے لئے خالص شہد ہی کافی ہے۔ اگر وہ اور کوئی دوا استعمال نہ بھی کریں اور شہد کو مسلسل استعمال کرتے رہیں تو کھانسی ختم ہو سکتی ہے۔ شہد کو اس طرح بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔

سپستاں ۷ دانے ، عناب ۵ دانہ ، عرق گاؤزبان ۲ کپ ، شہد ۲ تولہ میں جوش دے کر چھان کر پلانے سے پینے سے بلغم صاف ہو کر کھانسی رُک جاتی ہے۔ بادام ۷ دانے پیس کر شہد میں ملا کر چٹانے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔

حلق کا ورم

حلق کی اس تکلیف میں بار بار کھانسی آتی ہے۔ آواز یا تو بھاری ہو جاتی ہے

یا بیٹھ جاتی ہے۔ حلق کی جھلی میں ورم ہو جاتا ہے اور وہ سُرخ ہو جاتی ہے۔
ہلکا بخار بھی ہو جاتا ہے۔ حلق میں درد اور کھر کھری ہو جاتی ہے۔ پیاس زیادہ
لگتی ہے۔ گلے میں کوئی چیز اٹکی ہوئی معلوم ہوتی ہے۔ جسے مریض بار بار نگلنے
کی کوشش کرتا ہے۔

حلق سے تھوک بھی نگلنے میں تکلف محسوس ہوتا ہے۔ مریض کوئی چیز بھی
نہیں کھا سکتا۔ صرف پینے والی چیزوں کو پسند کرتا ہے۔ ایسی حالت میں بھی شہد
اپنا جوہر دکھاتا ہے۔ آٹے کا چھان کر شہد ۲ تولہ ملا کر نیم گرم پانی سے غرارے کریں۔
اس سے انشاء اللہ حلق کا ورم، سوزش اور آواز بیٹھ جانے کی صورت میں
بھی بہت فائدہ ہو گا۔

منہ میں دانے

منہ میں دانوں یا چھالوں کی تکلیف بہت ہوتی ہے۔ سارا منہ درد کرتا ہے۔
کسی سے بات کرنے کو دل نہیں چاہتا۔ کچھ کھانے کو طبیعت نہیں چاہتی۔ مریض
بار بار دودھ پینا پسند کرتا ہے۔ منہ میں چھالے بعض اوقات معدہ کی گرمی یعنی
تیزابیت کی زیادتی یا قبض سے ہو جاتی ہے۔ منہ اندر سے سارا پک جاتا ہے۔
چھالے زبان پر بھی نکل آتے ہیں۔ اگر ان چھالوں پر صرف شہد لگا دیا جائے تو ان
کی شدت میں کمی آجاتی ہے۔ طباشیر ۲ رتی شہد میں ملا کر بھی لگاتے ہیں۔
شہد اور گلیسرین ہموزن کو ملا کر بھی چھالوں اور دانوں پر لگاتے ہیں۔ ان سے
یہ تکلیف ٹھیک ہو جاتی ہے۔ اگر اس کے ساتھ ساتھ شہد کھایا بھی جائے تو یہ
تکلیف کو کم کرنے کے لئے بہت فائدہ مند ہو گا۔

پسلی کا درد

اس کو انگریزی میں پلورسی کہتے ہیں۔ اس تکلیف میں جو پسلی کا درد کہلاتی

ہے۔ اس میں مریض کا چہرہ فکر مند ہوتا ہے۔ پہلے سینے میں درد ہوتا ہے۔
تھوڑی دیر کے بعد پسلی کے نیچے درد شروع ہو جاتا ہے اور ساتھ نمونیا کا بھی حملہ
ہو جاتا ہے۔ کھانسی زیادہ ہوتی ہے اور کھانسنے سے پسلی کے نیچے درد ہوتا ہے۔
اگر درد کی جانب کروٹ لے کر لیٹا جائے تو درد میں اور اضافہ ہو جاتا ہے۔
سانس لینے میں تکلف محسوس ہوتا ہے۔ بخار تیز ہو جاتا ہے۔ ہضم کا نظام
خراب ہو جاتا ہے۔ رخسار انگارے کی طرح دہکتے ہیں۔ نبض تیز چلتی اور جسم بالکل
کمزور ہو جاتا ہے۔ حکماء نے یہاں بھی شہد کو اکسیر کے طور پر استعمال کیا ہے۔
کشتہ پارہ سنگھا ۲ رتی کو شہد ۲ تولہ میں ملا کر صبح و شام دیں۔ اس سے انشاءاللہ
درد میں فائدہ ہو جائے گا۔ بے قراری، بے چینی ختم ہو جائے گی۔

خشک کھانسی

خشک کھانسی میں پھیپھڑوں کی اندرونی جھلی میں ورم ہو جاتا ہے۔ جس کی وجہ
سے کھانسی بار بار اور زور دار اٹھتی ہے۔ مریض بعض اوقات کھانستے کھانستے
بے حال ہو جاتا ہے۔ اس تکلیف میں کوئی چھوٹی موٹی دوا اثر نہیں کرتی۔ لیکن
شہد ہی ایک واحد دوا اور غذا ہے جو اس کھانسی میں فائدہ دیتی ہے اگر صرف
شہد کو ایسے موقعہ پر بار بار چٹایا جائے تو خشک کھانسی میں بہت افاقہ ہو جاتا
ہے۔ گلے کی خشکی دور کرنے کے لئے بادام، دانے پیس کر شہد میں ملا کر
چٹانے سے خشک کھانسی سے نجات مل جاتی ہے۔ اس لئے ہر گھر میں شہد
کا ہونا بہت ضروری ہے۔

ٹی۔بی

ایک زمانہ تھا جب ٹی۔بی کا مریض ایڑیاں رگڑ رگڑ کر مر جاتا تھا۔ ساری ساری

رات کھانستے اور بلغم پھینکتے گزر جاتی تھی۔ اس تکلیف میں پھیپھڑوں میں زخم ہو جاتا ہے۔ مریض دن بدن کمزور ہوتا جاتا ہے۔ سانس پھولا رہتا ہے۔ جب اس تکلیف کا علاج موجود نہیں تھا۔ تب صرف شہد کو استعمال کرایا جاتا تھا۔ آج بھی سائنس اپنی تمام تر ترقی کے باوجود اس بات پر متفق ہے کہ ٹی۔ بی میں شہد بہت اچھا اثر کرتا ہے۔ پھیپھڑے کا زخم بھرنے کے لئے شہد بہت کام کرتا ہے۔

یورپ میں کارٹیلنڈ نام کی ایک خاتون اپنے شوہر کو صبح و شام ایک چمچہ شہد دیا کرتی تھی۔ جنگ میں اس کے شوہر کا ایک پھیپھڑا ضائع ہو گیا تھا۔ ڈاکٹروں نے اُسے لاعلاج قرار دے دیا تھا اور صرف چند دن اس کی زندگی کی پیشین گوئی کی تھی۔ لیکن شہد کے مسلسل استعمال سے وہ پچپن برس زندہ رہا اور کبھی پھیپھڑے میں تکلیف محسوس نہیں کی اور نہ کبھی بخار ہوا۔ ٹی بی چونکہ ایک موذی مرض ہے۔ اس لئے اِس کے باقاعدہ علاج کے ساتھ ساتھ شہد اور دودھ کا استعمال بہت ضروری ہے۔ استاد مکرم حکیم محمد نبی خان جمال سویدا صاحب مطب میں ٹی بی کے مریضوں کو یہ نسخہ استعمال کراتے ہیں۔

قرص مسیحی ۲ عدد ، لعوق مسیحی ½ چمچی ہمراہ عرق مسیحی ایک کپ میں شہد ۲ تولہ ملا کر صبح و شام کھلائیں۔ اس نسخہ سے ٹی۔ بی کے بہت سے مریضوں کو شفایاب ہوتے دیکھا۔

دانتوں کے امراض میں شہد کا استعمال

دانت ایک صاف، شفاف، صحت مند، مضبوط اور تنومند جسم کے لئے اللہ تعالیٰ کی ایک نعمت ہیں۔ ہمارے منہ میں زبان ہے۔ جو اپنے سحر آفرین الفاظ سے دوسروں کے دلوں کو مسخر کر لیتی ہے۔ اسی کے ذریعے ہم اِن گوناگوں لذائید سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔ جنہیں قدرت نے دنیا کے وسیع دستر خوان پر ہمارے لئے چن دیا ہے۔ ہضم طعام میں دانت جو اہم خدمت انجام دیتے ہیں۔ وہ کسی تشریح کے محتاج نہیں۔ دانتوں کی اس قدر قدرتی چکی میں غذا کے تمام موٹے اور سخت ذرات باریک پس جاتے ہیں۔ تاکہ دانتوں کا کام آنتوں کو انجام نہ دینا پڑے۔ اگر منہ اور دانت صاف نہ ہوں یا انہیں کوئی عارضہ لاحق ہو جائے تو پھر ہم طرح طرح کی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ بعض اوقات دانت خراب ہو کر گر بھی جاتے ہیں۔ دانت انتظام قدرت کے مطابق کبھی خراب نہیں ہوتے بلکہ ہمیں اپنی غلطیوں کا خمیازہ بھگتنا پڑتا ہے۔ دانتوں کے زیادہ منجن بھی دانتوں کے دشمن ہیں۔ دانتوں کو فوراً چمکانے والی چیزیں دانتوں کا انیمل اُڑا دیتی ہیں۔ اس لئے ایسی کوئی چیز استعمال نہیں کرنی چاہیئے۔

دانتوں کی یوں تو بہت سی تکلیفیں ہیں۔ لیکن اس میں درج ذیل بیماریاں آج کل زیادہ ہیں۔

پائیوریا

اگرچہ پائیوریا میں خون کم نکلتا ہے لیکن یہ دانتوں کی سب سے خطرناک اور پیچیدہ بیماری ہے۔ جس کا اثر پورے جسم پر ہوتا ہے۔ اس بیماری میں دانتوں کے درمیانی حصہ میں پیپ پڑجاتی ہے۔ جو دبانے سے خون کے ساتھ خارج ہوتی ہے۔ بعض اوقات یہ مادہ مسوڑھوں میں پھیل جاتا ہے۔ اس سے دانتوں کی جڑوں میں پھوڑے بن جاتے ہیں۔ جس کے بعد یا تو مسوڑھوں میں شگاف کر کے علاج کیا جاتا ہے یا دانت نکال دیئے جاتے ہیں۔ منہ سے بدبو بھی بہت آتی ہے۔ اگر دانتوں کی صفائی میں ذرا غفلت کی جائے تو پاس بیٹھنا مشکل ہو جاتا ہے۔ اتنی لمبی چوڑی تمہید کا مقصد صرف یہ تھا کہ ایسی موذی اور نامراد مرض میں بھی شہد ہی بالآخر کام آتا ہے۔ اس کے استعمال سے نہ صرف پیپ اور خون بند ہو جاتا ہے بلکہ منہ کی بدبو بھی جاتی رہتی ہے۔ شہد اور روغن زیتون ملا کر دانتوں پر ملیں۔ دانتوں سے خون آنے کی شکایت جاتی رہے گی۔ بعض اطباء کے نزدیک شہد کو سرکہ میں ملا کر غرغرے کرنے سے بھی تکلیف میں افاقہ ہو جاتا ہے۔ نمک، سیاہ مرچ اور پھٹکری پیس کر شہد میں ملا کر دانتوں پر ملنے سے پائیوریا کی تکلیف ٹھیک ہو جاتی ہے۔

دانت اگر میلے کچیلے اور بدصورت ہوں تو اخروٹ اور بادام کا چھلکا جلاکر راکھ کرلیں اور اس کو شہد میں ملاکر روزانہ دانتوں پر ملیں۔ دانت موتیوں کی طرح چمکدار اور خوبصورت ہوجائیں گے۔ شہد کے استعمال کے بعد ہمیشہ دانتوں کو نیم گرم پانی سے دھوئیں۔ اس سے دانتوں میں اور چمک آجائے گی۔

دانت کا درد

اگر دانت خراب ہوجائیں یا کوئی ایک دانت خراب ہوجائے تو اس میں درد شدید ہوتا ہے۔ خراب دانت کے اردگرد مسوڑھے بھی متورم ہو جاتے ہیں۔ منہ ہلانے سے بھی درد ہوتا ہے۔ بعض اوقات ورم چہرے پر بھی آجاتا ہے۔ دانت کا درد اگر کیڑا لگ جانے کی وجہ سے ہو تو باؤبڑنگ ا تولہ پانی میں جوش دے کر شہد ۲ تولہ ملاکر اس سے کلی کریں۔ انشاءاللہ درد میں فوراً افاقہ ہوگا۔ اگر دانت میں درد شدت کا ہو تو ایک ٹوٹکا اپنے ذاتی تجربہ کا ملاحظہ فرمائیں۔ جس دانت پر درد ہورہا ہو اس پر ڈیٹول ملیں اور نیم گرم پانی سے غرغرے کریں۔ پھر ڈیٹول ملیں اور پھر وقفے سے نیم گرم پانی سے غرغرے کریں، اس کے بعد درد والے دانت پر شہد کا لیپ کردیں۔ انشاءاللہ شرطیہ، یقینی اور آزمایا ہوا ٹوٹکا ہے۔ اگر روزانہ صرف دانت صاف کرنے ہوں تو شہد میں نمک ملاکر برش سے دانتوں پر ملیں، اس سے انشاءاللہ دانت صاف ہوجائیں گے اور بیماریوں سے بھی محفوظ رہیں گے۔

موٹاپے کا شہد سے علاج

موٹاپا آجکل وبا کی طرح پھیلتا ہوا ایک مرض ہے۔ ایشیا میں شاید پاکستان ہی ایک ایسا ملک ہے جس میں موٹاپے کے کیس بہت نظر آتے ہیں۔ موٹے جسم اور بڑھے ہوئے پیٹ، یہ خاص طور پر پنجاب میں بہت نظر آئیں گے۔ یہ تکلیف زیادہ کھانے اور کم محنت کرنے والوں کو ہوتی ہے۔ امیر گھرانے کی عورتیں اس کا زیادہ شکار ہوتی ہیں۔ وہ مرغن غذائیں زیادہ استعمال کرتی ہیں اور ائیر کنڈیشنڈ کوٹھیوں میں لیٹی رہتی ہیں۔ چلنے پھرنے کا موقعہ انہیں کبھی میسر نہیں آتا۔ اس طرح جسم میں چربی بڑھتی جاتی ہے۔ جسم بھدا اور بے ڈھول ہو جاتا ہے موٹاپا اتنا بڑھ جاتا ہے کہ چلنا پھرنا محال ہو جاتا ہے۔ جب نوبت یہاں تک پہنچ جاتی ہے تو پھر خیال آتا ہے کہ یہ کیا ہو گیا؟ اس وقت پھر مریض حکیموں اور ڈاکٹروں کی تلاش میں نکلتا ہے اور چاہتا ہے کہ راتوں رات اس کا وزن کم ہو جائے۔ لیکن اسے اس میں ناکامی ہوتی ہے۔ سائنس تمام تر ترقی کے باوجود موٹاپے کا کوئی معقول علاج دریافت نہیں کر سکی۔ لیکن یہاں بھی صرف ایک دوا اور غذا

کام آتی ہے جس کا نام شہد ہے۔ اللہ تعالیٰ نے اس کے اندر ایسے اوصاف پیدا کر رکھے ہیں جن سے ہر بیماری کا علاج ممکن ہے۔ شہد موٹاپے کا بہترین علاج ہے۔ وہ مرد و خواتین جن کا پیٹ بڑھا ہوا ہو اور کسی طرح کم نہ ہوتا ہو اُن کے لئے بھی شہد شفا کا حکم رکھتا ہے۔

ایک گلاس نیم گرم پانی میں دو چمچہ شہد ملا کر صبح نہار منہ پینے سے موٹاپا بھی ختم ہو جاتا ہے اور بڑھا ہوا پیٹ بھی ختم کم ہو جاتا ہے۔

موٹاپے کو دور کرنے کے لئے یوں تو اور بھی بہت سے علاج بتائے جاتے ہیں لیکن یہ نسخہ اس میں بہت کارآمد ہے۔

لیموں کا رس، شہد دو چمچہ میں ملا کر چاٹنے سے موٹاپا دور ہو جاتا ہے۔

غرض پھر ہم بالآخر اسی نتیجہ پر پہنچتے ہیں کہ شہد کے مسلسل استعمال سے موٹاپے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ اس موذی اور تکلیف دہ مرض سے بچنے کیلئے ضروری ہے کہ گھر میں شہد کا استعمال باقاعدگی سے کرایا جائے۔

دائمی قبض کیلئے شہد اکسیر ہے

قبض کو ام الامراض یعنی مرضوں کی ماں کہتے ہیں۔ یہ وہ تکلیف ہے جس سے تمام تکلیفیں نکلتی ہیں۔ قبض کا مریض بہت سی بیماریوں میں مبتلا ہوتا ہے۔ گیس، درد سر، پیٹ میں گرانی اور طبیعت کا چڑچڑاپن اس تکلیف کی جڑی علامتیں ہیں۔ قبض کا مریض ہر وقت کسی نہ کسی تکلیف کی شکایت کرتا رہتا ہے۔ دوائیں کھانا اس کا مشغلہ بن جاتا ہے لیکن اسے اس سے نجات نہیں ملتی۔ شہد میں چونکہ ملین اجزاء بھی شامل ہوتے ہیں اس لئے وہ لوگ جو دائمی قبض کی شکایت کرتے ہیں ان کے لئے شہد تیر بہدف نسخہ ہے۔ اسے اکیلا بھی استعمال کیا جاسکتا ہے اور ایک پیالی نیم گرم دودھ میں دو تین چمچہ شہد ملا کر پینے سے دائمی قبض کو افاقہ ہو جاتا ہے۔ برسوں کا مریض دنوں میں اچھا ہو جاتا ہے۔ اجابت روزانہ ہونا شروع ہو جاتی ہے اور ساتھ ہی قبض کی وجہ سے پیدا ہونے والی بیماریوں سے نجات مل جاتی ہے۔ مریض دنوں میں خوش و خرم نظر آتا ہے۔ قبض ٹھیک ہونے پر کسی بھی تکلیف کی شکایت نہیں کرتا۔

گلقند ۲ تولہ شہد ۲ تولہ میں ملا کر رات کو نیم گرم دودھ سے استعمال کیا جائے تو اس سے بھی دائمی قبض کا نام و نشان مٹ جاتا ہے۔ آنتوں کی خشکی ختم ہو جاتی ہے اور اجابت روزانہ ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ حکماء اسی لئے شہد کو ہمیشہ دائمی قبض میں استعمال کراتے ہیں اور اس سے سو فیصدی فائدہ ہوتا ہے۔

دستوں میں شہد کا استعمال

جہاں شہد قبض کے لئے مفید ہے وہاں یہ دستوں میں بھی اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ اگر کسی وجہ سے بھی دست آرہے ہوں تو اس کے استعمال سے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ اس سلسلہ میں نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا ایک واقعہ بہت مشہور ہے کہ ایک شخص آپؐ کی خدمت میں حاضر ہوا اور بتایا کہ میرے بھائی کو دست آرہے ہیں۔ کوئی دوا بتا دیجئے جس سے فائدہ ہو جائے۔ دستوں کے زیادہ اور بار بار آنے سے کمزوری بڑھتی جارہی ہے۔

آپؐ نے فرمایا کہ شہد پلاؤ۔

وہ شخص تھوڑی دیر کے بعد پھر حاضرِ خدمت ہوا اور عرض کی۔ یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم! شہد پلانے سے دستوں میں زیادتی ہو گئی ہے۔

آپؐ نے پھر حکم فرمایا کہ شہد پلاؤ۔

وہ شخص پھر گیا اور اپنے بھائی کو پھر شہد پلایا۔ غرض اس طرح وہ کئی بار آیا اور ہر بار دستوں کے اضافے کی شکایت کرتا رہا۔ آخر کار آپؐ نے فرمایا:

نیترے بھائی کا پیٹ جھوٹا ہو سکتا ہے لیکن خدا کا کلام جھوٹا نہیں ہو سکتا پھر شہد پلاؤ"۔

چنانچہ وہ شخص پھر گیا اور پھر شہد پلایا جس سے اس کے بھائی کو افاقہ ہوا اور دست آنے بند ہو گئے۔ مریض مکمل طور پر شفایاب ہو گیا۔

اس واقعہ کے بعد یہ حقیقت ہم پر ایک دفعہ پھر روشن ہوتی ہے کہ واقعی اللہ تعالیٰ نے شہد کے اندر مکمل شفا رکھی ہے۔ شہد چونکہ دستوں میں مفید ہے اس لئے دست کسی وجہ سے بھی آرہے ہوں تو بلا جھجک اور ڈر کے شہد کا استعمال کر لینا چاہئے کیونکہ اس میں صرف شفا ہی شفا ہے۔

کمزوری کا فوری علاج شہد

اگر جسم میں شدید کمزوری محسوس ہو رہی ہو یا کسی وجہ سے جسم سے خون زیادہ بہہ گیا ہو۔ خون کی کمی ہو۔ تیز بخارات کے بعد جسم میں کمزوری زیادہ محسوس ہو رہی ہو تو اس وقت شہد کے ۲ چمچہ نیم گرم دودھ میں ملا کر پینے سے کمزوری کا احساس فوراً ختم ہو جاتا ہے۔

شہد کی سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ فوری اثر کرتا ہے اور انسانی بدن کے لئے قوت بخش ہے۔ کھانے سے پہلے ہی اس کا ۹۰ فیصد حصہ ہضم شدہ ہوتا ہے اور معدے میں پہنچتے ہی جزو بدن بن جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ یہ فوری کمزوری دور کر کے توانائی بخشتا ہے اور اس سے حاصل ہونے والی قوت دیرپا ہوتی ہے۔

یہ واحد دوا اور غذا ہے جس کو جتنا زیادہ استعمال کیا جائے یہ اتنا ہی زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے اور اس کے مسلسل استعمال سے بہت سی بیماریوں سے نجات مل جاتی ہے۔

اگر شدید کمزوری کی وجہ سے غشی کے دورے بھی پڑ رہے ہوں تو عرق گاؤزبان ایک کپ میں شہد ۲ تولہ ملا کر پلانے سے کمزوری رفع ہو جاتی ہے اور غشی کا مریض آناً فاناً آنکھیں کھول لیتا ہے۔

داغ، دھبوں اور چھائیوں میں شہد کا استعمال

اس حقیقت سے انکار نہیں کیا جا سکتا کہ آج کا دور بیماریوں کا دور ہے ہر شخص کسی نہ کسی بیماری میں الجھا ہوا ہے۔ آج صاف، شفاف، چمک دار، خوبصورت اور پُر رونق نورانی چہرے دیکھنے میں کم آتے ہیں۔ اندر دھنسی ہوئی آنکھیں، بے رونق، داغدار، دھبوں، چھائیوں اور کیلوں سے بھرے ہوئے چہرے نظر آتے ہیں۔ آجکل بیشتر لڑکیاں اور لڑکے اس تکلیف میں مبتلا ہیں۔ طرح طرح کی کریمیں چہرے پر لگا کر لڑکیوں نے چہرے کی حالت بگاڑی ہوتی ہے۔ دوائیں اور ٹوٹکے استعمال کر کے بُرا حال ہو جاتا ہے جب کسی طرح بھی افاقہ نہیں ہوتا تو تھک کر بیٹھ جاتے ہیں اور احساسِ کمتری کے مریض ہو جاتے ہیں۔

اس تکلیف میں لڑکیاں خاص طور پر مبتلا ہیں۔ بعض عورتوں کو زمانۂ حمل میں چہرے پر چھائیاں پڑ جاتی ہیں اور بعض کو زچگی کے بعد داغ دھبے پڑ جاتے ہیں۔ ایام کی کمی بیشی سے بھی یہ تکلیف ہو جاتی ہے۔ لیکوریا کی شکایت میں بھی چہرے کا رنگ خراب اور میلا ہو جاتا ہے۔ یہاں شہد پھر اپنی مسیحائی دکھاتا ہے اس کے اندرونی اور بیرونی استعمال سے چہرہ صاف شفاف، چہرے پر رونق چمک اور خوبصورتی آ جاتی ہے۔ داغ، دھبوں اور چھائیوں کا نشان تک مٹ جاتا ہے۔ میں نے مطلب میں بہت سے مریضوں پر اس کا جادوئی اثر دیکھا۔ داغ دھبوں، کیل، چھائیوں کے ایسے مریض جو کسی دوا سے ٹھیک نہیں ہوئے۔ کسی کریم یا لوشن نے ان پر اثر نہیں کیا وہ شہد کے استعمال سے ٹھیک ہو گئے۔

ابتدا میں میں نے جب مریضوں کو اس کے شفا بخش اثرات جانتے ہوئے استعمال کرنے کے لئے کہا تو بعض مریضوں نے بڑے اچھے طریقے سے ٹال دیا۔ اور بعض پڑھی لکھی لڑکیوں نے میرا اور شہد کا مذاق اڑایا کہ حکیم صاحب! جس تکلیف کو ڈاکٹر صاحب کی دوائیں اور جرمنی سے منگوائی ہوئی کریمیں ٹھیک نہیں کر سکیں اس کو شہد کیسے ٹھیک کرے گا۔ میں نے ایسے مریضوں کو اصرار کر کے شہد کے استعمال پر راضی کیا اور پھر جو اس کے اثرات نکلے اور جتنا فائدہ ہوا وہ میرے پاس الفاظ نہیں کہ میں ان کو بیان کر سکوں۔

شہد چونکہ بہترین مصفی خون دوا ہے اور تازہ خون پیدا کرنے والی دوا ہے اس لیے اس کے مسلسل استعمال سے چہرے کے نشانات تک مٹ جاتے ہیں۔

شہد ۲ تولہ، شربت عناب ۴ تولہ اور منڈی بوٹی کا پانی نکالا ہوا ایک کپ ان چیزوں کو ملا کر صبح نہار منہ پلانے سے چہرہ صاف ہو گیا۔ رات کو شہد ۲ تولہ دودھ ایک پیالی میں ملا کر استعمال کرایا گیا اور چہرے پر لیپ کیلئے درج ذیل نسخہ تجویز کیا گیا:

بیسن، دودھ اور شہد باہم ملا کر لئی سی بنا لیں اور چہرے پر ہلکا سا لیپ کر دیں۔ ایک گھنٹہ کے بعد چہرے کو نیم گرم پانی اور صابن سے دھو لیں۔ یہ عمل روزانہ دو ماہ تک کریں۔ انشاء اللہ چہرہ چاند کی طرح روشن اور خوبصورت ہو جائے گا۔ داغ، دھبے، کیل اور چھائیوں کے نشانات تک مٹ جائیں گے۔ بعض اطبا کے نزدیک شہد اور لیموں کا رس باہم ملا کر لگانے سے بھی چہرہ صاف ہو جاتا ہے۔ اگر وقت سے پہلے چہرے پر جھریاں پڑ گئی ہوں تو وہ بھی ٹھیک ہو جاتی ہیں۔

جوڑوں کے درد میں شہد کا استعمال

جوڑوں کا درد ایک نامراد اور خبیث مرض ہے ۔ مرض کی شدت میں جوڑوں پہ ورم آجاتا ہے ۔ انگلیاں ٹیڑھی اور بدوضع ہو جاتی ہیں ۔ مریض درد کی شدت سے کراہتا رہتا ہے ۔ اسے کسی پل چین نہیں آتا ۔ گرمیوں میں بھی درد ہوتا رہتا ہے لیکن سردیوں میں اس کی شدت بڑھ جاتی ہے ۔ جوڑوں کے درد کا مریض تمام رات بے قرار رہتا ہے ۔ یہ تکلیف جوڑوں پر یورک ایسڈ جم جانے کی وجہ سے ہوتی ہے ۔ جوڑوں میں لچک ختم ہو جاتی ہے اور اس کی جگہ سختی پیدا ہو جاتی ہے ۔ جوڑوں کے درد کا مریض انتہائی حالتوں میں موت کی منت کرتا ہے ۔

یوں تو اس کی کئی ایک دوائیں موجود ہیں لیکن شہد اس تکلیف میں جو اندرونی اور بیرونی فائدہ پہنچاتا ہے کوئی دوا اس تیزی سے اثر نہیں کرتی ۔ اگر درد شدید ہو رہا ہو تو شہد کو روغنِ زیتون میں حل کر کے ہلکا سا گرم کر کے درد کے مقام پر ہلکے ہاتھ سے مالش کر دیں اور اس کے اوپر کپڑا باندھ دیں ۔ درد کی شدت

فوراً کم ہو جائے گی۔

جوڑوں کے درد میں اس بات کا خیال رکھا جاتا ہے کہ یورک ایسڈ پیشاب پاخانے کے راستے خارج ہوتا رہے اور جوڑ خالی ہوتے رہیں۔ اس کے لئے شہد ۲ تولہ ایک گلاس نیم گرم پانی میں ملا کر صبح نہار منہ پینا چاہیئے۔ جہاں یہ اس سے موٹاپا کم کرے گا وہاں یہ جوڑوں سے یورک ایسڈ بھی اکھاڑ کر پیشاب پاخانے کے راستے خارج کرے گا۔ اس کے مسلسل استعمال سے جوڑوں کے درد میں ایک حد تک افاقہ ہو جاتا ہے۔ سورنجاں شیریں ا ماشہ، شہد ۲ تولہ، میں ملا کر کھلانے سے بھی بہت فائدہ ہوتا ہے۔

امراضِ نسواں میں شہد کا استعمال

ہمارے ہاں گھریلو خواتین کا مسئلہ بڑا نازک ہے۔ وہ نہ تو مشرقی حجاب کے پیشِ نظر اپنا مسئلہ کسی سے بیان کرتی ہیں اور نہ خود کچھ کر سکتی ہیں۔ بیماری اندر ہی اندر ان کو گھن کی طرح کھا جاتی ہے۔ چہرے کا رنگ روپ اور چمک ختم ہو جاتی ہے۔ اس روایتی شرم و حیا سے اس کی ازدواجی زندگی بھی بہت متاثر ہوتی ہے۔ اندرونی تکلیفوں کی وجہ سے اس کو یا تو حمل ہوتا ہی نہیں یا ہو جائے تو ضائع ہو جاتا ہے۔ اگر ضائع نہ بھی ہو تو اولاد انتہائی کمزور پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ شادی سے قبل یا بعد میں اگر کوئی تکلیف ہو جائے تو اس کا علاج ضرور کرانا چاہئے۔ اگر کچھ نہ کر سکیں تو صرف شہد کو اندرونی اور بیرونی طور پر استعمال کریں۔ انشاء اللہ مکمل شفا ہو گی۔

ذیل میں ہم چند ایک معروف بیماریوں کا ذکر کر رہے ہیں جن میں شہد کا استعمال بہت فائدہ مند ہوتا ہے۔

وضع حمل کے بعد بخار ہو جانا

بعض اوقات حمل قرار پا جانے کے بعد بخار ہو جاتا ہے یہ نسخہ اس میں مفید ہے :

عناب ۵ دانے ایک پیالی پانی میں بھگو دیں پھر اس کو ہاتھ سے مل چھان کر شہد ۲ تولہ ملا کر پلا دیں ۔ بخار انشاء اللہ اتر جائے گا ۔

لیکوریا

اس تکلیف کو سیلان الرحم بھی کہتے ہیں ۔ یہ مرض عورت کے حسن کا دشمن ہے ۔ سرخ و سفید چہرہ کی جگہ پیلا اور بے رونق چہرہ اس کی جگہ لے لیتا ہے ۔ رطوبت خارج ہوتی رہتی ہے ۔ اگر شہد ۲ تولہ دودھ نیم گرم میں ملا کر استعمال کرایا جائے تو بہت فائدہ ہوتا ہے ۔ اس سلسلہ میں سنوف سپاری بھی شہد میں ملا کر دیا جاتا ہے جس کا بہت فائدہ ہوتا ہے ۔

خون کا کم آنا یا بند ہو جانا

اس تکلیف میں مریضہ کو یا تو بالکل حیض کا خون آنا بند ہو جاتا ہے یا کم آتا ہے اگر خون بالکل آنا بند ہو جائے تو حمل کے آثار کم ہو جاتے ہیں ۔ یہ تکلیف خواتین کے لئے بہت پریشان کن ہوتی ہے ۔ اس سے نجات حاصل کرنے کیلئے ذیل میں مسیح الملک حکیم اجمل خان کا ایک نسخہ درج کرتا ہوں جس میں شہد بنیادی

حیثیت رکھتا ہے۔

حب قرطم ۶ ماشہ ، گاؤزبان ۶ ماشہ ، تخم خربزہ ۶ ماشہ ، پوست خربزہ ۶ ماشہ ، تخم خیارین ۶ ماشہ ، خارخسک ۶ ماشہ ، پرسیاؤشان ۶ ماشہ ، بادیان ۶ ماشہ ، پانی ۲ کپ میں جوشش دے کر چھان کر شہد ۲ تولہ ملا کر پلانے سے حیض کا خون جاری ہو جاتا ہے۔ یہ نسخہ اس وقت تک جاری رکھیں جب تک جاری نہ ہو جائے۔

کثرتِ حیض

اس تکلیف میں حیض کا خون بہت زیادہ آتا ہے۔ خون کی زیادتی کی وجہ سے مریضہ نڈھال ہو جاتی ہے۔ چہرے کا رنگ پیلا پڑ جاتا ہے۔ دل کی دھڑکن تیز ہو جاتی ہے۔ ذرا سا کام کرنے سے سانس پھول جاتا ہے۔ بعض اوقات مہینہ میں دو تین بار بھی حیض کا خون جاری ہو جاتا ہے۔ یہ تکلیف جواں سال غیر شادی شدہ لڑکیوں سے لے کر ہر عمر کی عورتوں تک کو ہو جاتی ہے۔ بعض اوقات بڑی کامیاب دوائیں بھی اس تکلیف میں ناکام ہو جاتی ہیں۔ اس وقت جب کوئی دوا کارگر نہ ہو تو پھر شہد کا سہارا لینا پڑتا ہے۔ واقعی اللہ تعالیٰ نے اس کے اندر انسانی جسم کی تمام تکلیفوں کا علاج رکھا ہے۔

میرے پاس مطب میں ایک مریضہ تشریف لائیں۔ کھاتے پیتے گھرانے سے تعلق رکھتی تھیں۔ زندگی کے بیشتر دن بیرون ملک گزرے تھے۔ انہیں کثرتِ حیض کی تکلیف تھی۔ یورپ میں بھی علاج کرایا اور پاکستان میں بھی لیڈی

ڈاکٹروں سے علاج کرایا لیکن کوئی فائدہ نہ ہوا۔ بہت پریشان تھیں۔ کہنے لگیں۔ مجھے اب کسی نے آپ کا پتہ دیا ہے لیکن میں دیسی طریقہ علاج سے گھبراتی ہوں۔ کیا میں ٹھیک ہو جاؤں گی؟

میں نے اثبات میں جواب دیا کہ آپ کی رپورٹیں ٹھیک ہیں۔ آپ اچھی ہو جائیں گی۔

میں نے ان کو پرہیز کے ساتھ درج ذیل ٹوٹکہ بتایا جسے سن کر وہ بہت حیران ہوئیں لیکن مریضہ نے میری تسلی پر استعمال کرنے کی حامی بھرلی۔ وہ نسخہ حاضر ہے:

مغز تخم ریٹھا ۱ ماشہ پیس کر شہد میں ملا کر کھلایا۔ اللہ کا شکر ہے کہ تیسری خوراک سے خون بند ہو گیا۔ مریضہ نے ٹوٹکے کی بہت تعریف کی۔

یہ سارا کمال اس شہد میں تھا جس نے خون بند کر دیا۔ خون کو بند کرنے کے لئے ایک گھریلو ٹوٹکہ بھی حاضر ہے:

توے کی سیاہی کھرچ کر شہد میں ملا کر کھلانے سے خون بند ہو جاتا ہے۔ اس نسخہ کی افادیت مسلمہ ہے۔ آنکھیں بند کر کے اس ٹوٹکہ کو استعمال کیا جا سکتا ہے۔ اس سے فائدہ ہی فائدہ ہے کسی قسم کا نقصان نہیں۔

پستانوں میں دودھ کی کمی

اگر زچہ کا دودھ اتر نہ رہا ہو یا دودھ کی کمی ہو جس کی وجہ سے بچہ کا پیٹ نہ بھرتا ہو تو اس میں شہد ۲ تولہ دودھ میں ملا کر پلانے سے دودھ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ پستانوں پر یہ لیپ باندھنے سے بھی دودھ میں زیادتی ہو

جاتی ہے۔ لیپ درج ذیل ہے :-

برگ ارنڈ کوٹ کر شہد میں ملا کر پستانوں پر چند دن باقاعدگی سے باندھیں چند دنوں میں دودھ کی مقدار بڑھ جائے گی۔

کمی دودھ کی بہت سی مریضاؤں پر یہ لیپ استعمال کیا بہت فائدہ ہوا۔ اس سے ایک حد تک پستان بڑھ بھی جاتے ہیں۔

چھوٹے پستان

بہت سے خطوط اس قسم کے آتے رہتے ہیں جن میں بڑی شدت سے اس بات کا احساس ہوتا ہے کہ ہمارے پستان چھوٹے ہیں جس کی وجہ سے ہم احساس کمتری کا شکار ہیں۔ بہت سی ٹیوبیں اور روغن استعمال کئے لیکن فائدہ نہیں ہوا۔ ایسے مریضوں کے لئے یہ تیر بہدف مالش اور لیپ ہے :

روغن ارنڈ کو شہد میں ملا کر نیم گرم کر کے ہلکے ہاتھ سے مالش کریں اور اس کے بعد پستان کے اوپر برگِ ارنڈ باندھ دیں۔ کچھ دن تک اس عمل کو جاری رکھیں۔ اس لیپ اور مالش سے پستانوں کا سائز بڑھ جائے گا۔ یہ لیپ اور مالش بے ضرر ہے۔

ورم رحم

عورتوں کی یہ اندرونی تکلیف بہت نامراد ہوتی ہے۔ اگر رحم کا ورم بڑھ جائے تو بہت سی پیچیدگیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ حمل قرار نہیں پاتا۔ حمل گر جاتا

ہے۔ ماہواری کی بے قاعدگی وغیرہ یہ سب تکلیفیں اس سے پیدا ہو سکتی ہیں۔ اس لئے تکلیف کا بروقت علاج کر لینا بہت سی بیماریوں سے بچنے کے مترادف ہے۔ رحم کے ورم میں عرق مکوہ اکپ میں شہد ۲ چمچہ ملا کر پلانے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ اس سلسلہ میں اندرونی طور پر بھی دوا استعمال کرائی جاتی ہے۔ ورم رحم کے لئے یہ دوا کسی ماہر طبیبہ یا دایہ سے رحم کے اندر رکھوائیں۔

روغنِ گل کو شہد میں اچھی طرح حل کر کے کسی صاف ستھرے کپڑے پر لیپ کر کے اس کو دونوں طرف سے چپڑ لیں اور دایہ کے ذریعے اندر رکھوائیں۔ یہ ورمِ رحم کا اکسیر نسخہ ہے۔

ورمِ رحم اور دیگر اندرونی تکلیفوں میں یہ نسخہ بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

ریوند خطائی بہت باریک پیس کر شہد میں حل کر کے اسی طرح لیپ میں کپڑے کو بھگو کر بذریعہ دایہ استعمال کریں۔ اور اس کے ساتھ ساتھ عرق مکوہ اور شہد کا استعمال ضرور رکھیں۔

شہد میں یہ خوبی ہے کہ اگر اسے مسلسل استعمال کیا جائے تو ایسی پریشان کن بیماریوں سے نجات ملی رہتی ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ بچوں سے لے کر بڑے بوڑھوں اور خواتین تک اس کا استعمال کریں۔ یوں تو شہد کے بہت سے فائدے ہیں لیکن عورتوں کے امراض میں خاص طور پر اندرونی و بیرونی ہر دو طرح استعمال ہوتا ہے اور مکمل فائدہ ہوتا ہے!

مردوں کی بیماریوں کا شہد سے علاج

احتلام

یہ مرض آجکل نوجوانوں میں عام ہے۔ ہر تیسرا نوجوان اس مرض میں مبتلا ہے۔ کثرت احتلام کی وجہ سے رنگ زرد، چہرہ بے رونق ہو جاتا ہے۔ ہر وقت طبیعت پر اداسی اور محرومی کے اثرات نمایاں ہونے ہیں۔ کسی کام کو جی نہیں چاہتا۔ صبح اٹھنے کو طبیعت نہیں چاہتی۔ ہضم کا نظام گڑ بڑ ہو جاتا ہے۔ بعض اوقات قبض بھی ہو جاتا ہے۔ غرض یہ مرض نوجوانوں کو گھن کی طرح اندر سے کھوکھلا کر دیتا ہے۔ طالب علم نوجوان حافظہ کی کمزوری کا شکار ہو جاتے ہیں۔ پڑھا ہوا یاد نہیں رہتا۔ نوجوان اس موذی مرض میں مبتلا ہونے کے بعد علاج کے سلسلہ میں بہت پریشان رہتے ہیں۔ بعض اوقات بہت سے حکیموں اور ڈاکٹروں سے علاج کرا کے تھک جاتے ہیں اور مرض میں افاقہ نہیں ہوتا۔ اس وقت پھر شہد اپنے طلسماتی کرتب دکھاتا ہے مریض

کو گرم چیزیں کھانی بند کرا دیں اور یہ نسخہ استعمال کریں:
جدوار سائیدہ (پسی ہوئی) ۱-۱ رتی ایک چمچہ شہد میں ملا کر دو وقت کھانے کے بعد کھلا دیں۔ انشاءاللہ مرض ٹھیک ہو جائے گا۔

جریان

یہ بھی نوجوانوں کا مرض ہے۔ اکثر نوجوان جب جوانی تباہ کر کے ہمارے پاس مطبوں میں آتے ہیں تو بہت مایوس ہو چکے ہوتے ہیں۔ شادی کے نام تک سے ڈرتے اور گھبراتے ہیں اور شکایت کرتے ہیں کہ مجھے جریان کی بہت تکلیف ہے۔ جب پیشاب کرتا ہوں تو پیشاب سے پہلے اور بعد میں منی کے قطرے آتے ہیں اور بعض یہ بھی کہتے ہیں کہ پیشاب کے ساتھ منی مل کر آرہی ہے جس کی وجہ سے میں دن بدن کمزور ہو رہا ہوں۔ میری صحت گر گئی ہے اکثر یہ تکلیف زیادہ اس وقت ہوتی ہے جب مریض کو ساتھ قبض کی شکایت بھی ہو۔ اجابت کے وقت زور لگانے سے کچھ قطرے نکل آتے ہیں۔ قبض کو دور کرنا چاہئے اور بداعمالیوں سے کنارہ کشی اختیار کرنی چاہئے۔ زیادہ گرم اشیاء سے بھی پرہیز ضروری ہے۔ پھر شہد اپنے کمالات دکھانے کے قابل ہوتا ہے۔
جریان کا مریض اگر کسی دوا سے ٹھیک نہ ہوتا ہو تو پھر اسے یہ نسخہ استعمال کرائیں:
کشتہ قلعی ۱۔رتی شہد ایک چمچہ میں ملا کر صبح نہار منہ کھلائیں اور اوپر سے ایک کپ نیم گرم دودھ پلا دیں۔ انشاءاللہ کچھ دن کے مسلسل استعمال سے مریض اچھا ہو جائے گا۔

مردانہ کمزوری

آجکل کی تمام پریشان کن تکلیفوں میں سے یہ تکلیف سب سے زیادہ پریشان کن ہے۔ اس مرض میں مبتلا مریض خودکشی کے منصوبے بھی بنانے شروع کر دیتا ہے۔ پریشانی حد سے زیادہ بڑھ جاتی ہے۔ اگر مریض شادی شدہ ہو تو پریشانیوں میں اور اضافہ ہو جاتا ہے۔ گھریلو حالات ناساز گار ہو جاتے ہیں۔ مریض اس کی شکایت کرتا ہے کہ اسے پورے طور پر تیاری نہیں ہوتی۔ بہت سے ٹیکے لگوانے اور حکیموں کی دوائیں کھانے سے بھی بہتر نہیں ہوا۔ اگر ایسے مریض کو تسلی تشفی کے بعد صرف خالص شہد ہی کھلانا شروع کر دیں تو اس کی تمام قوتیں بحال ہو جاتی ہیں۔

میرے پاس مطب میں ایک مریض آیا جو نہایت وجیہ اور خوبصورت تھا گزشتہ ایک ماہ سے اس کی شادی ہو چکی تھی۔ بہت سی دوائیں اور ٹیکے لگوا چکا تھا بہت مایوس اور نا امید ہو چکا تھا۔ میں نے اسے سہارا دیا اور بتایا کہ اس طرح پریشانی سے یہ مسئلہ حل نہیں ہوگا۔ آپ اپنے آپکو سہارا دیں اور اس علاج کو کچھ دن جاری رکھیں انشاءاللہ آپ اچھے ہو جائیں گے۔

مریض نے میری باتیں نہایت غور سے سنیں اور کچھ دن علاج کے لئے آمادگی کا اظہار کر دیا۔ میں نے اسے درج ذیل ٹوٹکا بتایا۔

شہد کو آلہ تناسل پر لگائیں اور انگلی سے ہلکی ہلکی مالش کریں۔ یہ عمل پانچ سے دس منٹ تک جاری رکھیں اور پھر شہد اسی طرح لگا رہنے دیں اور کوئی

انڈر ویئر پہن کر سو جائیں۔ صبح اٹھ کر پانی سے دھو ڈالیں۔

اس عمل کے ساتھ ساتھ اسے کھانے کے لئے شہد دودھ میں ملا کر نسخہ ۲۴ استعمال کرایا۔ اللہ کا شکر ہے کہ اس سے بہت فائدہ ہوا۔ شہد کے ساتھ یہ نسخہ بارہا مریضوں پر آزمایا، سو فی صدی کامیاب رہا۔ آج اللہ کے فضل سے بہت سے مایوس اور ناامید مریض اس سے استفادہ کر چکے ہیں اور کر رہے ہیں یہ بھی شہد ہی کا کمال تھا کہ ایسے مایوس مریض کو نئی زندگی ملی۔ اگر اسے صرف اس نیت ہی سے استعمال کیا جائے کہ یہ قوتِ باہ بڑھاتا ہے تو پھر میرے خیال میں اور کسی دوا کی ضرورت ہی نہیں۔ شہد مردانہ طاقت کیلئے واقعی اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔

سرعتِ انزال

اس تکلیف میں مریض دخول سے پہلے یا فوراً بعد خارج ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے وقت پر بہت شرمندگی اٹھانی پڑتی ہے۔ بعض اوقات یہ مرض ذکاوتِ حس میں بدل جاتا ہے۔ ہلکی سی رگڑ لگنے کی وجہ سے مادہ منویہ فوراً خارج ہو جاتا ہے۔ یہ تکلیف بھی آجکل عام ہے۔ مریض ایسے کامیاب نسخوں کی تلاش میں سرگرداں رہتے ہیں جن کی وجہ سے سرعتِ انزال ٹھیک ہو۔ اس سلسلہ میں درج ذیل نسخہ بطور ٹوٹکا کامیاب ہے۔

ملٹھی کو منہ میں چبا کر، اس کے پانی کو شہد میں ملا کر بطور طلاء لیپ کر دیں۔ اس لیپ سے سو فی صدی کامیابی ہوگی۔ یہ عمل مسلسل کچھ دن کرتے رہنے سے کافی افاقہ ہو جاتا ہے۔

بچوں کے امراض میں شہد کا استعمال

بچوں کا معاملہ بڑا نازک اور حساس ہوتا ہے۔ جب کسی چھوٹے بچے کو تکلیف ہوتی ہے تو وہ بیان نہیں کر سکتا بلکہ درد سے روتا ہے۔

مسلسل رونے سے تمام گھر والے پریشان رہتے ہیں اور جب تک وہ چپ نہ کر جائے گھر والے اطمینان کا سانس نہیں لیتے۔ بچوں کی تکالیف تو بہت سی ہیں۔ دانت نکلنے کے زمانے میں دستوں کی عام شکایت ہو جاتی ہے۔ اگر دانت نکلنے کے زمانے سے پہلے ہی شہد کا استعمال جاری کر دیا جائے اور بچے کو تھوڑا سا دن میں دو تین بار چٹا دیا جائے تو وقت پر بچے کو دست نہیں لگتے اور نہ بچہ کمزور ہوتا ہے۔ غذا بھی پورے طور پر ہضم ہوتی ہے۔ ظاہر ہے صحت بھی اچھی ہوتی ہے۔ دانت نکلنے کے زمانے میں مسوڑھوں پر انگلی سے روزانہ تھوڑا سا شہد لگا دینا چاہیئے۔ اس سے دانت نکلنے میں آسانی پیدا ہو جاتی ہے۔ وہ بچے جو دودھ شوق اور رغبت سے نہ پیتے ہوں ان کے لئے ضروری ہے کہ دودھ میں اچھا شہد ملا کر پلایا جائے۔ دودھ ہضم بھی جلد ہو جائے گا اور بچہ کی صحت بھی اچھی ہو گی۔

شہد کی خوبی اور شفا کا اندازہ اس بات سے بھی لگایا جا سکتا ہے کہ پیدائش کے وقت شہد ہی کی گڑھتی دی جاتی ہے۔

یورپ آج تمامتر ترقی کے باوجود شہد کو صحت کے لئے اکسیر سمجھتا ہے بچوں کے امراض کے ماہر معالج اپنے کلینکوں میں شہد کھلانے کی ضرور ہدایت کرتے ہیں۔ اب تو بیشتر پاکستانی حکما اور ڈاکٹر صاحبان بھی کمزور بچوں کو مچھلی

کے تیل کی بجائے شہد ہی تجویز کرتے ہیں۔ بچوں کو شہد کھلانے سے جہاں قوتِ مدافعت میں اضافہ ہوتا ہے وہاں جنرل صحت اچھی ہو جاتی ہے۔ رنگ گورا چٹا ہو جاتا ہے۔ بھوک بڑھ جاتی ہے۔ اجابت صحیح ہوتی ہے اور بچہ دنوں میں تندرست و توانا ہو جاتا ہے۔

بچوں کی کالی کھانسی بہت نامراد مرض ہے۔ بچہ کھانستے کھانستے بے حال ہو جاتا ہے۔ چہرہ سرخ ہو جاتا ہے۔ بعض اوقات قے بھی کر دیتا ہے۔ اس تکلیف میں شہد کا چٹانا بہت مفید رہتا ہے۔ کھانسی کے دورے کا فوری زور ٹوٹ جاتا ہے۔

بچوں کے نمونیا میں بھی شہد کا استعمال بہت مفید ہے۔

کالی کھانسی کا اگر زور بہت زیادہ ہو اور بچہ کو کسی پل چین نہ آتا ہو تو یہ ٹوٹکا استعمال کریں۔ آزمودہ ہے۔

سگریٹ کی راکھ ایک حصہ، شہد ۱۰ حصہ میں ملا کر چٹنی بنا لیں اور وقفہ وقفہ سے بچے کو چٹاتے رہیں۔ انشاء اللہ بہت فائدہ ہو گا۔

ایک کامیاب ٹوٹکا اور ملاحظہ فرمائیں۔

[روغن ناریل نصف چمچہ، شہد ایک چمچہ میں ملا کر چٹانے سے بھی بہت فائدہ ہوتا ہے۔

اس سے پہلے کہ بچے ان موذی امراض میں مبتلا ہوں ضروری ہے کہ انہیں باقاعدہ طور پر شہد کا عادی بنایا جائے۔ بچے کو اگر ابتدا ہی سے شہد استعمال کرانا شروع کر دیا جائے تو اس کی نشو و نما دوسرے بچوں سے بالکل علیحدہ ہو گی اور وہ صحت کے لحاظ سے معیاری ہو گا۔ شہد کھانے والے بچے جلد بیمار نہیں ہوتے۔

درازیٔ عمر کے لئے شہد

دنیا میں بعض خطے ایسے ہیں جہاں کے لوگ طویل عمر ہوتے ہیں۔ ان میں آذر بائیجان اور روس کے بعض دیگر علاقوں کے لوگ خاص طور پر قابلِ ذکر ہیں۔ ان لوگوں کی طوالتِ عمر کا راز محنت، دودھ، شہد اور روغنِ زیتون ہے ایک محتاط سروے کے مطابق یہ لوگ شہد اور دودھ زیادہ استعمال کرنے کے عادی تھے۔ شہد میں اللہ نے چونکہ شفا رکھی ہے اور اس کے کھانے سے کوئی بڑی بیماری نہیں آتی اس لئے اس میں درازیٔ عمر کا راز ہے۔ شہد ۲ چمچہ کو دودھ میں ملا کر پینے سے فوائد میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں شہد کو روغن زیتون کے ساتھ بھی ملا کر استعمال کیا جا سکتا ہے۔

سردی سے بچاؤ کیلئے شہد

ہمارے ہاں موسم بہت شدید ہوتے ہیں۔ گرمیوں میں سخت گرمی اور سردیوں میں سخت سردی پڑتی ہے۔ سردیوں میں اس سخت سردی سے بچنا ناممکن ہوتا ہے۔ گھر کا کوئی نہ کوئی فرد نزلہ، زکام، کھانسی اور سینہ کے امراض میں ضرور مبتلا ہو جاتا ہے یا اسے سردی لگ جاتی ہے۔ ایسے موقع پر شہد خالص اگر گھر میں موجود ہو اور سردی لگا ہوا مریض کبھی پاس ہو تو فوراً دو چمچہ شہد ایک پیالی نیم گرم دودھ میں ملا کر پلانے سے فائدہ ہو جاتا ہے اور طبعی حدت بحال ہو جاتی ہے۔ سردی لگنے کی حالت میں شہد کو چائے میں ملا کر بھی پلایا جا سکتا ہے اس سے بھی فوراً افاقہ ہو جاتا ہے۔

شہد جراثیم کُش ہے

یہ حقیقت تو روزِ روشن کی طرح عیاں ہے کہ شہد کے اندر کسی قسم کے جراثیم زندہ نہیں رہ سکتے اور باہر کے جراثیم اندر داخل نہیں ہو سکتے۔ اہرامِ مصر کی کھدائی کے دوران ملنے والا ۳ ہزار سال پرانا شہد بالکل ٹھیک تھا۔ اس کے فائدے میں کوئی فرق نہیں آیا تھا۔ وہ صرف اس لئے کہ اس میں کوئی جراثیم نہیں تھے۔ سائنسدانوں نے برسوں کی محنت اور کوشش کے بعد یہ پتہ چلایا ہے کہ شہد سے زیادہ موثر دوا جراثیموں کو مارنے کے لئے کوئی نہیں۔ انہوں نے تجربات سے ثابت کیا کہ میعادی بخار کے جراثیم شہد میں ۴۸ گھنٹے کے اندر مر جاتے ہیں۔ پیچش کے جراثیم دس گھنٹے کے اندر مر جاتے ہیں۔ اسی طرح دیگر بیماریوں کے جراثیم بھی شہد میں زندہ نہیں رہتے۔ حکماء بھی اسی لئے خمیرے اور معجونیں شہد میں بناتے ہیں کہ وہ جراثیم سے محفوظ رہیں۔

امراضِ معدہ اور آنتوں میں شہد کا استعمال

انسانی جسم کے اندر معدہ بہت نازک اور حساس پرزہ ہے۔ آپ ذرا سی بدپرہیزی کریں یہ فوراً آپ کو اطلاع دے دے گا۔ کھٹے ڈکار آنے شروع ہو جائیں گے۔ طبیعت بوجھل ہو جائے گی۔ کسی چیز کو دل نہیں چاہے گا۔ متلی اور ابکائیاں آنی شروع ہو جائیں گی۔ اور اس وقت تک کسی چیز کو دل نہیں چاہے گا جب تک معدہ صاف اور غذا پورے طور پر ہضم نہ ہو جائے۔

شہد چونکہ مصفیٔ خون اور ہاضم ہے۔ اگر معدہ میں غذا سڑ چکی ہو اور فاسد رطوبات زیادہ ہو گئی ہوں تو اس وقت شہد اپنا کمال دکھاتا ہے۔ اگر ایک گلاس نیم گرم پانی میں دو چمچہ شہد ملا کر پی لیا جائے تو فوراً قے اور دست آنے شروع ہو جائیں گے جس سے معدہ اور آنتیں صاف ہو جائیں گی اور اس وقت تک قے اور دست آتے رہیں گے جب تک معدہ بالکل صاف نہیں ہو جاتا۔ معدہ صاف ہو جانے کے بعد تھوڑا سا شہد چٹا دیں۔ قے اور دست فوراً رک جائیں گے۔ یہ ہی شہد کا کمال ہے۔

شہد معدے کو مضبوط بناتا ہے اور اس میں غذا جلد ہضم کرنے کی استعداد بڑھاتا ہے۔ شہد کے مسلسل استعمال سے معدے کی جلن اور تیزابیت کی زیادتی بھی ٹھیک ہو جاتی ہے۔ معدہ چونکہ تمام جسم کو خوراک پہنچاتا ہے۔ اس لئے اس کا ٹھیک رہنا ضروری ہوتا ہے۔ اگر معدہ ٹھیک نہ ہو تو عام جسمانی حالت

بھی درست نہیں رہتی۔

ہچکی

عام طور پر معدے کی خرابی سے لگتی ہے۔ بعض اوقات اس تکلیف میں اتنی شدت ہو جاتی ہے کہ مریض کا بُرا حال ہو جاتا ہے۔ اگر ایک گلاس نیم گرم پانی میں نمک ملا کر قے کرا دی جائے اور بعد میں شہد چٹا دیا جائے تو ہچکی بند ہو جاتی ہے۔ بعض حکماء کے نزدیک ہلدی کی ڈلی کو شہد میں ڈبو کر حقے سے کش لیا جائے تو ہچکی بند ہو جاتی ہے۔ مور کے پروں کے چند سے جلا کر راکھ کر لیں اور اس راکھ کو شہد میں ملا کر چٹانے سے بھی ہچکی بند ہو جاتی ہے۔

قے

اگر قے بار بار آتی ہو اور کوئی چیز اندر نہ ٹھہرتی ہو تو اس وقت بھی شہد ہی ہمارے کام آتا ہے۔ شہد کو اناروں کے پانی میں ملا کر گھونٹ گھونٹ پلائیں، قے اور متلی بند ہو جائے گی۔ اگر قے حمل کی وجہ سے آ رہی ہو تو بھی بند ہو جائے گی۔

اس سلسلہ میں ایک اور نسخہ ملاحظہ فرمائیں۔

گلو خشک ۱ تولہ۔ پانی میں اچھی طرح جوش دے کر چھان کر اس میں شہد ملا کر مریض کو پلانے سے قے رک جاتی ہے۔

— شہد میں لیموں کا رس ملا کر چٹانے سے بھی قے رک جاتی ہے۔

السر۔ زخم

معدے کا زخم ایک نامراد مرض ہے۔ درد کی حالت میں مریض بہت چیختا اور چلاتا ہے۔ کوئی چیز کھا لینے سے درد میں اضافہ ہو جاتا ہے اور معدے میں شدید جلن شروع ہو جاتی ہے۔ بعض اوقات قے بھی ہو جاتی ہے۔ شہد میں اللہ تعالیٰ نے یہ خاصیت رکھی ہے کہ یہ زخموں کو مندمل کرتا ہے اس لئے السر کے مریضوں کیلئے یہ شفا کا حکم رکھتا ہے۔ دودھ میں ملا کر تھوڑا تھوڑا شہد دن میں چار یا پانچ بار پلانے سے معدے کا السر ٹھیک ہو جاتا ہے۔ یہ نسخہ کئی بار آزمایا جا چکا ہے۔

پیچش

پیچش سے پیٹ میں مروڑ اٹھتے ہیں اور کئی کئی بار دن میں تھوڑی تھوڑی اجابت ہوتی ہے۔ اگر کوئی تھوڑی سی بھی چیز کھا لی جائے تو پیٹ میں فوراً مروڑ اٹھ کر اجابت ہو جاتی ہے اور دیر تک بیٹھے رہنا پڑتا ہے پیٹ میں درد بھی ہوتا ہے۔ جس کی وجہ سے مریض بہت پریشان رہتا ہے شہد یہاں بھی اپنا اثر دکھاتا ہے۔ اگر ایسے مریض کو اسپغول کا چھلکا شہد میں چرب کر کے دودھ سے کھلائیں تو درد میں فوراً افاقہ ہو جاتا ہے۔ اگر مریض بد پرہیز نہ ہو تو پھر پیچش میں بھی فوراً فائدہ ہو جاتا ہے۔

جگر اور تلی کے امراض میں شہد کا استعمال

جگر خون پیدا کرنے کا منبع ہے۔ اگر جگر کمزور ہو جائے۔ جگر پر ورم آ جائے یا جگر بڑھ جائے تو خون کم مقدار میں پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے صحت دن بدن کمزور ہوتی جاتی ہے۔ رنگ زرد ہو جاتا ہے جسم کا سارا نظام کمزور پڑ جاتا ہے۔ بعض اوقات استسقاء یعنی پیٹ میں پانی بھی پڑ جاتا ہے جو ایک مہلک علامت ہے۔ جب یہ مرض پیدا ہو جائے تو پیٹ شیشے کی طرح چمکتا ہے اور پیٹ میں پانی چھلکتا ہے۔ پیٹ بہت بڑھ جاتا ہے۔ اس مرض میں بہت سی دوائیں ناکام ہو جاتی ہیں لیکن شہد اس بیماری کا تیر بہدف علاج ہے۔ یوں تو شہد کو جگر کی ہر بیماری میں استعمال کیا جاتا ہے لیکن استسقاء، جگر کے ورم اور بڑھ جانے کی صورت میں یہ اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ اگر ان امراض میں صرف شہد کو مناسب مقدار میں پرہیز کے ساتھ استعمال کرایا جائے تو ٹھیک ہو جاتی ہے۔ اگر اس کے ساتھ عرق مکوہ ایک کپ میں دو چمچہ شہد ملا کر صبح و شام پلایا جائے تو ان موذی

اور مہلک امراض سے نجات مل سکتی ہے۔ جگر پھر اپنی اصلی حالت پہ آجاتا ہے صحت دنوں میں بحال ہو جاتی ہے۔ اگر حفظِ ماتقدم کے طور پر شہد کو حدیثِ نبویؐ کے مطابق روزانہ استعمال کیا جائے تو ایسے امراض پیدا ہونے کا اندیشہ نہیں رہتا۔

ضعفِ جگر کے سلسلہ میں اگر شہد کو دودھ میں ملا کر استعمال کرایا جائے تو یہ تکلیف ٹھیک ہو جاتی ہے۔

اسی طرح اگر تلی بڑھ جائے اور نوبت اپریشن تک پہنچ چکی ہو تو شہد کا فوراً سہارا لیں۔ شہد کو اونٹنی کے دودھ میں ملا کر صبح و شام پلائیں اور یہ عمل مسلسل جاری رکھیں۔ انشاءاللہ تیر بہدف علاج ہے۔ اس میں بھی عرق کمرہ اور شہد کا استعمال بہت فائدہ مند ہے۔

یرقان کی حالت میں اناروں کے پانی میں شہد ملا کر دن میں دوبار پلانے سے یرقان ٹھیک ہو جاتا ہے۔

ان سب امراض میں چکنائی اور گرم اشیاء، سرخ مرچ اور نمک کا پرہیز ضروری ہے۔ یہ بزرگوں کے آزمودہ اور تیر بہدف نسخے ہیں۔

گردہ اور مثانہ کی بیماریوں میں شہد کا استعمال

گردے جسمِ انسانی میں فلٹر کا کام کرتے ہیں۔ جسم سے فاسد مادوں کو کشید کر کے پیشاب کے راستے خارج کر دیتے ہیں۔ جس کی وجہ سے جسم صحت منداور تندرست رہتا ہے۔ اگر کسی وجہ سے گردوں کا نظام کمزور ہو جائے اور پوری طرح فلٹریشن نہ ہو تو پھر طرح طرح کی تکلیفیں پیدا ہو جاتی ہیں۔ ان سب میں سب سے زیادہ تکلیف گردے کی پتھری کی ہے۔ اگر پیشاب کے راستے یورک ایسڈ خارج نہ ہو تو گردے میں جمع ہو کر پتھری بننی شروع ہو جاتی ہے۔ جب اس کی نوک گردے کے نرم و نازک حصہ میں چبھتی ہے تو دردِ گردہ شروع ہو جاتی ہے۔ گردے کا درد اتنا شدید ہوتا ہے کہ کسی پل چین نہیں آتا۔ فوری طور پر سب اسی بات پر متفق ہوتے ہیں کہ گردے کا اپریشن کرا دیا جائے اور پتھری نکال دی جائے لیکن اسمیں مریض کی جان کو بھی خطرہ ہوتا ہے۔ اس لیے مریض اپریشن سے ڈرتا ہے۔

گردہ اور مثانہ کی پتھری میں حکماء قدیم بھی شہد استعمال کرایا کرتے تھے۔ شہد چونکہ پیشاب آور بھی ہے اس لئے اس کا استعمال بہت کامیاب رہتا ہے۔

قلمی شورہ ا ماشہ، جوا کھار ۲ ماشہ شہد میں ملا کر چٹائیں اور اوپر سے شربت بزوری پلا دیں۔ کچھ دن یہ عمل جاری رکھیں اور پیشاب برتن میں کریں تاکہ پتھری کے نکلنے کا علم ہو سکے۔ انشاءاللہ اس نسخے سے پتھری بآسانی نکل جائے گی۔

دردِ گردہ اگر شدید ہو تو گل ٹیسو ۵ تولہ، شہد ۵ تولہ دو سیر پانی میں اچھی

طرح ہوش دے کر بوٹے سے گردے کے مقام پہ دھاریں۔ انشاءاللہ دردِ گردہ میں یہ ٹکور بہت فائدہ دے گی۔

اگر گردہ میں درد اور بوجھ ریح اور گیس کی وجہ سے ہو تو عرق بادیان ۱ کپ میں شہد ۲ تولہ ملا کر دن میں دو وقت پلائیں۔ انشاءاللہ دردِ گردہ ریحی میں فائدہ ہو جائے گا۔

سوزاک

یہ مرض بہت نامراد ہوتا ہے۔ پیشاب کی نالی میں زخم ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے پیشاب کے وقت بہت تکلیف ہوتی ہے۔ یہ مرض عموماً پیشہ ور عورتوں کے شوقین مردوں کو ہوتا ہے۔ درد اتنی شدت سے ہوتا ہے کہ مریض بعض اوقات غش کھا کر بے ہوش ہو جاتا ہے اور چلنے پھرنے سے معذور ہو جاتا ہے۔ ایسی حالت میں گرم اشیاء اور سرخ مرچ کا سختی سے پرہیز ہوتا ہے پیشاب کی نالی سے ہر وقت پیپ نکلتی رہتی ہے جس کی وجہ سے انڈر ویئر خراب رہتا ہے۔ ایک عجیب متعفن بُو بھی آتی ہے۔ درد اور تکلیف کی وجہ سے مریض جلد ٹھیک ہونا چاہتا ہے۔ اس سلسلہ میں آپ بلا دھڑک آنکھیں بند کر کے یہ نسخہ استعمال کرا دیں۔

کالے چنوں کے کچے چھلکے ۱ تولہ رات کو ایک گلاس گرم پانی میں بھگو دیں صبح بھنگ کی طرح گھوٹ کر چھان کر شہد ۲ تولہ ملا کر نہار منہ پلا دیں۔ ایکدفعہ پلانے ہی سے فائدہ شروع ہو جائے گا۔

میرے پاس مطب میں سوزاک کا ایک ایسا ہی مریض آیا جو درد کی شدت سے تڑپ رہا تھا۔ پیشاب کرنے سے ڈرتا تھا۔ میں نے اسے یہ نسخہ استعمال

کرایا اور پانی خوب پینے کی ہدایت کی۔ اگلے روز وہ دوبارہ آیا تو بہت
خوش تھا۔ اس نے کہا:

"بس دو بار ہی پینے سے میں ٹھیک ہو گیا ہوں"۔

میں نے اسے چند روز یہ عمل جاری رکھنے کی ہدایت کی۔

ذیابیطس

ذیابیطس جسے شوگر بھی کہتے ہیں۔ یہ بیماری مریض کو گھن کی طرح اندر
سے کھوکھلا کر دیتی ہے اور وہ ایک چلتا پھرتا ڈھانچہ رہ جاتا ہے۔ اگر بروقت
اس کا علاج نہ کیا جائے اور پرہیز پر توجہ نہ دی جائے تو مریض دن بدن کمزور
ہو کر موت کے منہ میں چلا جاتا ہے۔ سائنس اپنی تمام تر ترقی کے باوجود اس
مرض پر قابو نہیں پا سکی۔ یہ اعزاز صرف شہد ہی کو حاصل ہے کہ اس میں باوجود
مٹھاس کے اس بیماری کے لئے شفا ہے۔ حالانکہ ذیابیطس میں میٹھی اشیاء
ہی کا زیادہ پرہیز ہوتا ہے۔ شہد میں ۲ سے ۴ رتی سلاجیت اچھی طرح ملا کر
دن میں دو بار کھلانے سے ذیابیطس کو فائدہ ہو جاتا ہے اور اس کی وجہ
سے جو کمزوری ہو جاتی ہے وہ بحال ہو جاتی ہے۔ شہد کے اندر یہی سب سے
بڑا کمال ہے کہ وہ ذیابیطس میں بھی استعمال کرایا جا سکتا ہے۔

آتشک

آتشک ایک نہایت خبیث اور نامراد مرض ہے۔ اسے آبلۂ فرنگ
بھی کہتے ہیں۔ یہ مرض بھی فاحشہ اور پیشہ ور عورتوں کے میل سے پیدا ہوتا

ہے۔ آلۂ تناسل پر زخم ہو جاتا ہے۔ پھر سارے جسم پر زخم، خارش اور سیاہ نشانات نمودار ہوتے ہیں۔ یہ مرض انتہائی خطرناک ہوتا ہے۔ اس کے اثرات نسل در نسل منتقل ہوتے رہتے ہیں۔ اس کے مریض کے ہاں یا تو اولاد ہوتی ہی نہیں یا ہو کر مر جاتی ہے۔ اگر بچ رہے تو پاگل یا مخبوط الحواس ہوتی ہے۔ اس کے مریض کی شکل تک بگڑ جاتی ہے۔ جلد کا رنگ کالا ہو جاتا ہے خون سارا خراب ہو جاتا ہے۔ مریض کا خاص طور پر گرمیوں میں برا حال ہو جاتا ہے۔ مریض کے پاس بیٹھنے سے بو آتی ہے۔ اس مرض کا شمار فسادِ خون کی انتہائی قسم میں ہوتا ہے۔ اس کا علاج ذرا طویل ہے لیکن بہت فائدہ مند ہے۔ شہد چونکہ مصفیٔ خون ہے اس لئے آتشک میں فائدہ مند ہے۔

اگر شہد کو سادہ پانی میں ملا کر پیا جائے تو بھی اس مرض میں بہت مفید ہے۔ اور اگر صاف ستھرا کپڑا گیلا کر کے شہد لگا کر زخم پر لگا دیا جائے تو آتشک کے زخم کی جلن اور چبھن ختم ہو جاتی ہے۔ جلد اصلاحِ خون کیلئے یہ نسخہ فائدہ مند ہے:

رسوت، چاکسو، نر کچور، کشتہ سفید ہر ایک ۳ ماشہ رات کو ۲ کپ گرم پانی میں بھگو کر صبح پانی نتھار کر شہد ۲ چمچہ ملا کر نہار منہ پلانے سے اس مرض کو فائدہ ہو جاتا ہے۔

یہ نسخہ بھی بہت فائدہ مند ہے۔

شاہترہ، چرائتہ، سرپھوکہ، صندل سرخ ہر ایک ۵ ماشہ۔ منڈی، دانے عناب ۷ دانے رات کو گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح مل چھان کر شہد ۲ تولہ ملا کر

نہار منہ پلانے سے آتشک رفع ہو جاتا ہے۔

جذام

جذام کو کوڑھ بھی کہتے ہیں۔ یہ بھی ایک خبیث اور آتشک جیسی نامراد مرض ہے۔ وید ک کی بیشتر کتابوں میں جذام کا شہد سے علاج کیا گیا ہے اور مختلف ٹوٹکے اور نسخے تحریر کیے گئے ہیں۔ ایک سادہ اور بڑا آسان ٹوٹکا یہ بتایا گیا ہے:

چونکہ بکری کا دودھ سوداویت کو ختم کرتا ہے اور خون کو صاف کرتا ہے اس لئے اس میں شہد ملا کر پلانے سے سوداوی بیماریوں کو بہت جلد افاقہ ہو جاتا ہے۔ اس کے متعلق ویدوں نے لکھا ہے کہ ابتدا میں دو پاؤ بکری کا دودھ اور ۲ چمچہ شہد ملا کر پلانا چاہئے۔ پھر اسے آہستہ آہستہ بڑھا کر ایک سیر دودھ اور ½ پاؤ شہد تک لے جانا چاہئے۔ اس سے جذام کے مریض کو دست بھی آئیں گے اور فاسد مادہ دستوں کے راستے خارج ہوگا۔ اگر اس نسخہ کو مسلسل کچھ دن استعمال کیا جائے تو انہوں نے لکھا ہے کہ جذام کا مریض ٹھیک ہو جائے گا۔ لیکن اس میں نمک، سرخ مرچ اور گرم اشیاء کا پرہیز سختی سے لکھا ہے۔

دیسی طریقہ علاج میں بھی بہت سی مصفیٔ خون دوائیں موجود ہیں۔ ان ادویہ میں بھی شہد سرفہرست ہے۔ اس لئے ادھر اُدھر غلط دواؤں کے استعمال کی بجائے شہد سے استفادہ کرنا چاہئے۔

خون میں حدّت یا الرجی

اگر خون میں حدت بڑھ جائے اور خارش ہونے لگے یا چھوٹے موٹے دانے جسم پر نکلنے شروع ہو جائیں یا جسم پر دھپڑ نکلیں تو شہد کو مصفیٔ خون دوا سمجھ کر استعمال کریں۔

— دودھ میں شہد کو ملا کر پینے سے بھی حدت کم ہو جاتی ہے۔

عناب، دانے اور منڈی بوٹی، دلائے رات کو دو کپ گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح ہاتھ سے مل چھان کر شہد ۲ چمچہ ملا کر پئیں۔ خون میں حدت بھی کم ہو جائے گی اور الرجی کو فائدہ ہو جائے گا۔

— فسادِ خون کی بیماریوں میں شہد اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ یہ خون سے فاسد مادے خارج کرتا ہے اور صاف خون پیدا کرتا ہے۔ اس کے مسلسل استعمال سے چہرے پر چمک اور روشنی آ جاتی ہے۔ بچوں سے بوڑھوں تک ہر عمر میں استعمال کیا جا سکتا ہے۔

دل کے امراض میں شہد کا استعمال

دل انسانی جسم کے اندر بادشاہ کی حیثیت رکھتا ہے۔ جسم کا ہر پرزہ دل کی حفاظت کرتا ہے اور اس کیلئے خون مہیا کرتا ہے۔ دل بھی اپنی ڈیوٹی پوری کرتا ہے۔ جسم کے اندر ایک ایک ریشے تک خون پہنچاتا ہے۔ اگر خدانخواستہ دل میں کوئی نقص پیدا ہو جائے یا وقتی طور پر کچھ گڑ بڑ ہو جائے تو پورا نظام متفکر ہو جاتا ہے۔ سارے اعضاء اس کی وجہ سے متاثر ہو جاتے ہیں مریض بھی ہر وقت اسی خوف میں رہتا ہے کہ مجھے دل کی تکلیف ہو گئی ہے۔ بعض اوقات ایک دم اختلاجِ قلب یعنی دل ڈوبنے لگتا ہے۔ طبیعت سست ہو جاتی ہے۔ اگر ایسی کیفیت ہو جائے تو فوراً شہد کے ۲ چمچے چاٹ لینے چاہئیں اس سے طبیعت فوراً بحال ہو جائے گی اور دل ڈوبنے کی شکایت جاتی رہے گی۔

اس میں خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا ½ چمچ بھی شہد کے ساتھ ملا کر دینے سے فوراً فائدہ ہو جاتا ہے۔

خفقان

دل کی اس تکلیف میں دھڑکن بڑھ جاتی ہے۔ آنکھوں کے سامنے اندھیرا آجاتا ہے۔ بھوک ختم ہو جاتی ہے۔ بعض اوقات پریشانی کی حالت میں مریض بیہوش بھی ہو جاتا ہے۔ ایسی حالت میں بھی شہد کا استعمال مفید رہتا ہے۔

اگر زہر مہرہ ۴ رتی اور طباشیر ۴ رتی پیس کر شہد میں ملا کر استعمال کرایا جائے

تو طبیعت فوراً سنبھل جاتی ہے۔

انجائنا

انجائنا کو دردِ دل بھی کہتے ہیں۔ دل کی اس تکلیف میں درد سینے میں ہو کر بائیں بازو میں پھیلتا ہے اور پھر شدت اختیار کر جاتا ہے۔ درد سے مریض کی جان نکل جاتی ہے۔ دل کی یہ تکلیف خون میں سُدے پیدا ہونے کی وجہ سے ہوتی ہے۔ خون قدرے گاڑھا ہو جاتا ہے۔ جب یہ سُدہ دل کو خون سپلائی کرنے والی نالی میں پہنچ کر اٹک جاتا ہے تو انجائنا کا حملہ ہو جاتا ہے۔ اس مرض میں اس بات کا خیال رکھا جاتا ہے کہ خون پتلا اور صاف ستھرا رہے۔ یہ دونوں خوبیاں شہد میں موجود ہیں۔ شہد مصفیٔ خون بھی ہے اور چربی بھی پیدا نہیں کرتا۔ اس لئے اس کے استعمال سے خون پتلا بھی ہو جاتا ہے اور سُدے بھی ختم ہو جاتے ہیں۔

جیسا کہ پہلے بیان کیا جا چکا ہے کہ یورپ کے ڈاکٹر امراضِ قلب کے مریضوں کو شہد استعمال کراتے ہیں۔

اگر انجائنا میں شہد کو عرق چوب چینی اکپ میں ملا کر صبح و شام استعمال کرایا جائے تو انجائنا جیسا مہلک مرض بھی ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اس میں بھی تقویت قلب کے لئے ساتھ خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا بھی دیا جا سکتا ہے لیکن شہد اس میں جزِ اعظم ہے اور اسی میں شفا ہے۔

مراق، مالیخولیا اور وہم کیلئے شہد

یہ بات روزِ روشن کی طرح ہم پر عیاں ہے کہ شہد مصفیٔ خون دوا اور غذا ہے۔ خون سے فاسد اور سوداوی مادے خارج کرتا ہے۔ سوداوی مرضوں میں اس کا استعمال بہت سود مند ہے۔ اس کو اگر ان امراض میں تنہا بھی استعمال کیا جائے تو بہت فائدہ دیتا ہے۔ ایسے مریض جن میں سوداویت وہم کی حد تک ہو۔ پریشانی ہو۔ ان میں شہد کا استعمال بھی فائدہ مند ہے۔

اگر افتیمون ولایتی ۵ ماشہ کو بکری کے دودھ میں جوش دے کر چھان کر شہد ۲ چمچہ ملا کر روزانہ صبح نہار منہ پلایا جائے اور یہ عمل دو تین ماہ جاری رکھا جائے تو مریض بالکل شفایاب ہو جاتا ہے۔ میں نے اس نسخہ سے بہت سے مایوس مریضوں کا علاج کیا جو اللہ کے فضل سے اچھے ہو گئے۔ یہ نسخہ تیر بہدف ہے۔

دماغی طاقت کیلئے شہد

شہد ادیبوں، شاعروں، اخبار نویسوں، طالب علموں اور دن بھر دماغی کام کرنے والوں کے لئے بیش بہا تحفہ ہے۔ وہ لوگ جو دفتروں، کاروباری اداروں یا پڑھنے پڑھانے سے منسلک ہیں اور کام کرتے کرتے دماغی طور پر تھک جاتے ہیں یا حافظہ کمزور ہو جاتا ہے۔ سر میں درد شروع ہو جاتا ہے سر کام کی زیادتی کی وجہ سے بوجھل ہو جاتا ہے ان کے لئے شہد دماغی ٹانک ہے۔

اگر ، دانے سے ۱۰ دانے بادام کے پیس کر شہد میں ملا کر چاٹتے جائیں اور اوپر سے دودھ نیم گرم پیا جائے تو تمام دماغی صلاحیتیں روشن ہو جاتی ہیں۔ دماغ تر و تازہ ہو جاتا ہے۔ بھولی بسری یادیں تازہ ہو جاتی ہیں۔ حافظہ تیز ہو جاتا ہے۔ اگر دماغی تکان کی وجہ سے نیند نہ آرہی ہو تو وہ بھی آرام سے آ جاتی ہے۔ دماغ کو سکون مل جاتا ہے۔ طالب علم اگر اس کا مسلسل استعمال رکھیں تو سبق آسانی سے یاد ہو جاتا ہے۔ بیٹھے بیٹھے اونگھ یا غنودگی نہیں آتی۔ اس ٹونکے کے استعمال سے اگر نزلہ زکام بھی ہو تو وہ بھی دور ہو جاتا ہے۔ سر کا بوجھ بھی ختم ہو جاتا ہے۔ یہ واقعی موت کے سوا ہر بیماری کا علاج ہے۔ اگر اس کو واقعی علاج کے طور پر استعمال کیا جائے تو اس کے بہت روشن پہلو سامنے آتے ہیں۔ صرف شہد کے استعمال سے جسمِ انسانی کی بہت سی بیماریاں ختم ہو جاتی ہیں۔

شہد میں وٹامنز

آج کے فیشن ایبل دور کو اگر وٹامن کا دور کہا جائے تو بے جا نہ ہوگا۔ ہر امیر آدمی کار، کوٹھی کے علاوہ اپنے پاس وٹامنز ضرور رکھتا ہے تاکہ صحت ، دولت کے سہارے سے برقرار رہے۔ لیکن ان تمام تدابیر کے باوجود صحت پھر بھی جواب دے جاتی ہے۔ جہاں سب وٹامن ناکام ہو جائیں۔ کوئی طاقت کی دوا کام نہ کرے وہاں شہد اپنا اثر دکھاتا ہے۔ سائنس نے تحقیق کر کے یہ تو پتہ چلا لیا ہے کہ شہد میں وٹامن بی۔ سی۔ ڈی۔ کے۔ اور ایچ وغیرہ پائے جاتے ہیں اور یہ خراب نہیں ہوتے۔ اگر ان وٹامنز کو چھوڑ کر صرف شہد استعمال کیا جائے تو وہ تمام فوائد حاصل ہو سکتے ہیں جو مصنوعی وٹامن کھانے سے حاصل ہوتے ہیں۔ لیکن شہد کے وٹامنوں میں یہ خوبی ہے کہ ان کا نقصان کوئی نہیں ہے جبکہ دوسرے وٹامنوں کو اگر میعاد سے زیادہ کھا لیا جائے یا الٹ پلٹ غلطی سے کھا لئے جائیں تو ان کا بہت تیز ردِعمل ہوتا ہے اس لئے قدرتی وٹامنز کے خزانہ شہد کو استعمال کرنا چاہئے جس کے صرف فائدے ہی فائدے ہیں نقصان کوئی نہیں۔

شہد کی اقسام

شہد کی دو مشہور قسمیں ہیں :

۱۔ جما ہوا شہد

۲۔ پگھلا ہوا شہد

جما ہوا شہد بالکل دیسی گھی کی مانند ہوتا ہے ۔ ہمارے علاقہ میں چھانگا مانگا کا شہد چونکہ زیادہ آتا ہے اور یہی زیادہ تر استعمال ہوتا ہے ۔ چھانگا مانگا کا جما ہوا شہد زیادہ استعمال ہوتا ہے ۔ بعض کھانے والے اس شہد کی بہت تعریف کرتے ہیں ۔ کہا جاتا ہے کہ جما ہوا شہد افادیت میں دوسرے شہد سے بہتر ہوتا ہے ۔ یہ خیال غلط ہے کہ شہد جمتا نہیں ۔ بالکل خالص شہد بھی جم جاتا ہے۔

شہد کا رنگ

مکھیوں کو مقید کر کے حاصل کئے ہوئے شہد کی کئی قسمیں ہوتی ہیں اور ان کے رنگ بھی مختلف ہوتے ہیں لیکن عام طور پر جنگلی مکھیوں کے شہد کے چار رنگ ہوتے ہیں۔

زردی مائل ۔ سفید ۔ بھورا ۔ سیاہی مائل ۔

پہلی دو قسمیں مارکیٹ میں زیادہ چلتی ہیں ۔ سیاہی مائل شہد کے متعلق مشہور ہے کہ مکھیاں اسے کالے شہتوتوں سے حاصل کرتی ہیں ۔ یہ شہد خاص طور پر گلے کے امراض اور ٹانسلز میں بہت فائدہ دیتا ہے ۔

ذائقہ

اصل شہد خوش ذائقہ ہوتا ہے اور اس میں سے ہلکی ہلکی مختلف پھلوں اور پھولوں کی خوشبو آتی رہتی ہے۔ اصل شہد کھاتے وقت تھوڑا سا حلق میں ضرور لگتا ہے۔ اس کی مٹھاس چینی سے بالکل مختلف ہوتی ہے۔ فارموں سے حاصل کیے گئے شہد کا رنگ اور ذائقہ علیحدہ ہوتا ہے۔ فارمی شہد کی بہ نسبت جنگلی اور اصلی شہد زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔ اس لئے دواؤں اور غذاؤں میں جنگلی شہد ہی زیادہ استعمال ہوتا ہے۔

ہدایات

شہد کے لئے برتن صاف ستھرا ہونا چاہیئے۔ اگر شیشے کا جار یا برتن ہو تو بہت بہتر ہے۔ شہد کو ہمیشہ ڈھک کر رکھنا چاہیئے۔ اس بات کا خاص طور خیال رکھنا چاہیئے کہ گیلا چمچہ شہد کو نہ لگے کیونکہ شہد پانی لگنے سے خراب ہو جاتا ہے۔ اور بو چھوڑ دیتا ہے۔ شہد نہ خود خراب ہوتا ہے اور نہ اس میں بنائی ہوئی چیز خراب ہوتی ہے۔ اس لئے اس میں بنائی ہوئی چیز کو بھی پانی نہیں لگنا چاہیئے۔

شہد پر آپ نے بہت سی معلومات اور ہدایات پڑھ لی ہوں گی۔ آپ سوچ رہے ہوں گے کہ خالص شہد کو کس طرح پہچانا جائے۔ تو آیئے پہچانیں۔

۱

خالص شہد کی پہچان کے طریقے

خالص شہد کی پہچان کے بہت طریقے مشہور ہیں لیکن جعلی شہد بنانے والوں نے بیشتر طریقے فیل کر دیئے ہیں۔ جعلی شہد اصلی سے اس قدر مشابہ ہوتا ہے کہ پہچان مشکل ہو جاتی ہے۔ صرف خاص آدمی اس کی پہچان کر سکتے ہیں۔ خالص شہد کی پہچان صحیح طور پر وہی شخص کر سکتا ہے جو شہد کھانے کا عادی ہو لیکن عام سہولت کے پیشِ نظر اس کی پہچان کے درجِ ذیل طریقے ہیں جو تقریباً کامیاب ہیں۔

۱۔ اگر نمک کی ڈلی کو شہد میں رگڑا جائے۔ شہد نمکین نہ ہو جائے تو اصلی ہے ورنہ نقلی ہے۔

۲۔ شہد کو روٹی پر لگا کر آگ لگائیں۔ اگر چڑ چڑاہٹ نہ ہو تو اصلی ہے۔

۳۔ کہا جاتا ہے کہ اگر شہد کو روٹی پہ چپڑ کر کتے کو ڈالی جائے ما گر نہ کھائے

تو اصلی ہے۔ کتے کے متعلق مشہور ہے کہ وہ شہد نہیں کھاتا۔

۴۔ ترچھے کاغذ یا کپڑے پر اگر شہد کا قطرہ گرایا جائے۔ شہد کا موتی کپڑے پر لگے بغیر آگے پھسل جائے تو اصلی ہے۔

۵۔ تھوڑا سا شہد ہاتھ کی پشت پر لگا کر اس پر چونا ملیں اگر ہاتھ میں سے سینک نکلے تو اصلی ہے۔

۶۔ شہد کو کاغذ پر لگا کر کاپنگ پنسل سے لکیریں لگائیں اگر نہ پھیلے تو اصلی ہے۔

۷۔ لہسن کو دھاگہ میں سے گزار کر شہد میں سے گزاریں۔ اگر لہسن کی بو مر جائے تو شہد اصلی ہے۔

۸۔ اگر شہد میں مکھی ڈبو کر نکال دی جائے۔ اگر وہ پر صاف کر کے اڑ جائے تو اصلی ہے۔

۹۔ شہد کے چند قطروں کو پانی کے گلاس میں ٹپکائیں۔ اگر وہ قطرے اُسی حالت میں پڑے رہیں تو شہد اصلی ہے۔

۱۰۔ حاملہ عورت اگر شہد کا شربت پیئے اور اس کے پینے سے پیٹ میں درد یا مروڑ اُٹھے تو شہد خالص اور اصلی ہے۔

۱۱۔ معدے کے زخم (السر) کا مریض اگر پہلی دفعہ شہد کھائے اور فوراً قے ہو جائے تو شہد اصلی اور خالص ہے۔

۱۲۔ آنتوں کے زخم کا مریض بھی اگر شہد کھلائے اور کھانے سے درد اُٹھے

تو شہد خالص ہے۔

یہ تو شہد کی وہ پہچانیں ہیں جو برسوں کی ریاضت اور محنت کے بعد سامنے آئیں۔ باقی سب سے بڑی پہچان شہد استعمال کرنے والے کی ہے۔ شہد کھانے والا پہلے ہی نوالے میں بتا دیتا ہے کہ شہد اصلی ہے یا نقلی، شہد حقیقت میں موت کے سوا ہر بیماری کا علاج ہے۔ اگر محققین حضرات شہد کو کینسر کے علاج میں آزمائیں تو یقیناً کامیابی ہو گئی۔ "شہد زندگی ہے" کو پڑھنے کے بعد جب اس کے خواص اور فائدے نظر سے گزریں گے تو فوراً خالص شہد کی تلاش ہو گی۔ خالص اور تازہ شہد کے سلسلہ میں، ہماری خدمات حاصل کریں۔ حرفِ آخر کے طور پر صرف یہی گزارش کروں گا کہ "شہد کھاؤ جان بناؤ"

خالِص شہد
شفاء للناس فیہ
PAK BEE KEEPERS SOCIETY
ملنے کا پتہ :
شاہ فارمز
۴-۶- دلکشا چیمبرز
بالمقابل گوڈین کینیما۔ مارسٹن روڈ
کراچی-۳